



WIENER ROTES KREUZ

AUSBILDUNGSZENTRUM

ÖDEME

Elena Schock

DGKP, Pflegepädagogin

MIT UNS KOMMEN SIE WEITER!

AUSBILDUNGSZENTRUM

Was sind Ödeme?

- sichtbare und fühlbare **Schwellung im Gewebe**
- verursacht durch **Ansammlung von Flüssigkeit** außerhalb der Blutgefäße
- Typische Merkmale:
 - Geschwollene Hautbereiche
 - Spannung oder Dehnung der Haut
 - Vertiefte Druckstellen (bei längerem Druck, z. B. mit dem Finger → Fingerdruckprobe)



Vergleich „normales“ Bein vs.
ödematöses Bein

Fingerdruckprobe



Wo treten Ödeme auf?

- Lokal (z. B. an den Beinen, Händen oder im Gesicht)
- Generalisiert (am gesamten Körper, z. B. bei schweren Erkrankungen)

Ursachen von Ödemen

- können durch verschiedene Faktoren entstehen
- in **pathologische** und **physiologische** Ursachen unterteilt

Physiologische Ursachen

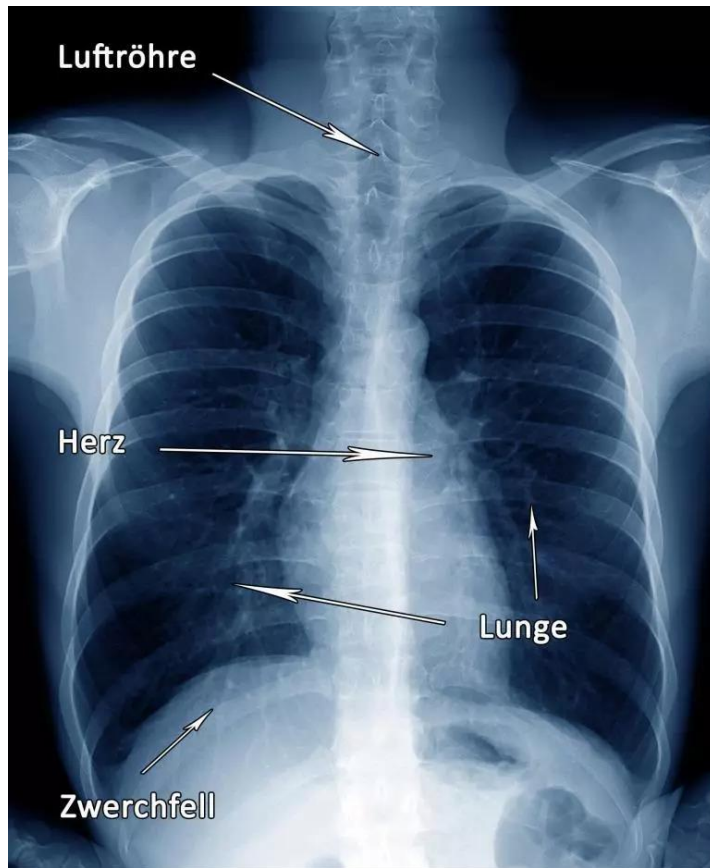
- 1. Langes Stehen oder Sitzen:** z. B. bei Menschen mit eingeschränkter Mobilität
- 2. Schwangerschaft:** Hormonelle Veränderungen und vermehrter Druck auf die Venen
- 3. Hitze:** Fördert die Erweiterung der Blutgefäße

Pathologische Ursachen

- 1. Herzerkrankungen:** Wie Herzinsuffizienz – das Herz kann das Blut nicht effektiv pumpen
- 2. Nierenerkrankungen:** Die Nieren können überschüssige Flüssigkeit nicht ausscheiden
- 3. Venenerkrankungen:** Wie Krampfadern oder Thrombosen
- 4. Lymphabflussstörungen:** z. B. nach Operationen oder bei Tumoren
- 5. Medikamentennebenwirkungen:** Einige Medikamente, wie Kortikosteroide, können Ödeme begünstigen

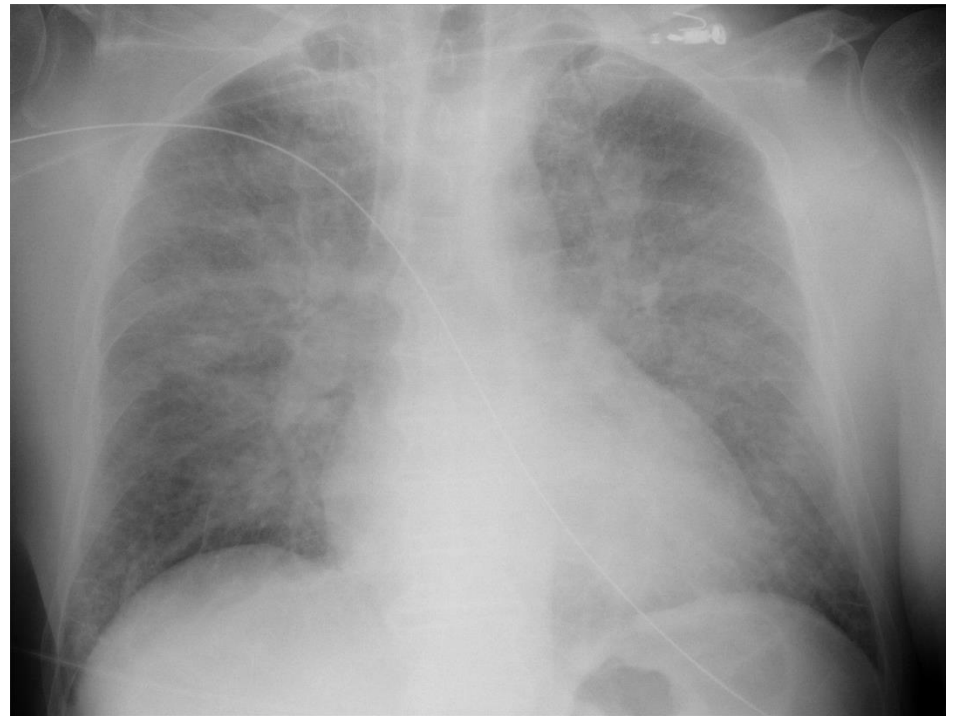
Arten von Ödemen

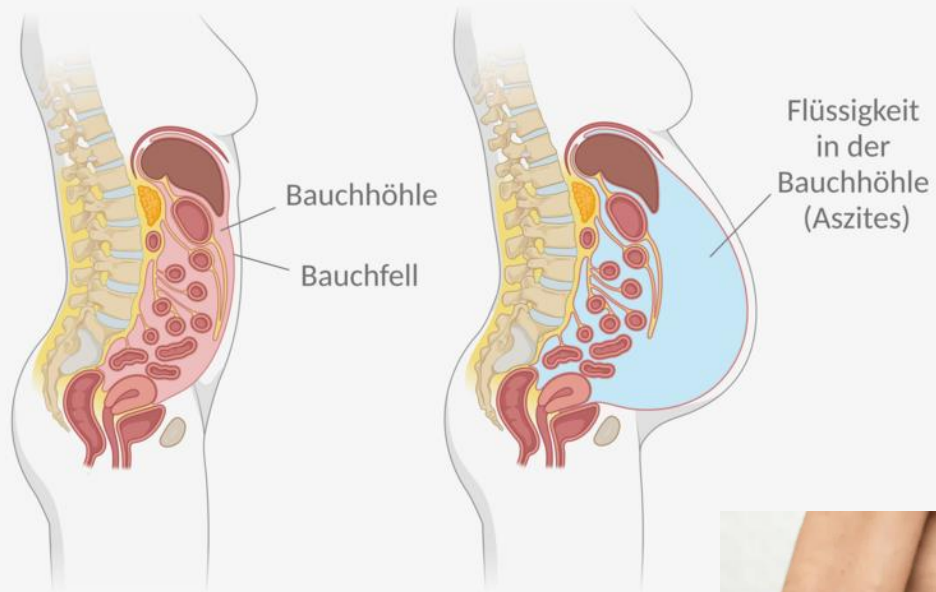
- **Periphere Ödeme**
 - Betrifft hauptsächlich Arme und Beine
- **Lungenödem:**
 - Flüssigkeitsansammlung in der Lunge
- **Aszites:**
 - Flüssigkeitsansammlung im Bauchraum
- **Lymphödem:**
 - Bedingt durch eine Störung im Lymphsystem



physiologischen
Röntgenbild der Lunge

pathologisches Röntgenbild
der Lunge → Lungenödem







Lymphödem



Unterschied Lymphödem und peripheres Ödem

Merkmal	Peripheres Ödem	Lymphödem
Ursache	Herz-, Venen-, Nierenprobleme	Störung des Lymphsystems
Schwellung	Symmetrisch, oft an Knöcheln/Füßen	Meist einseitig, oft an Zehen/Fingern
Beschaffenheit	Weich, hinterlässt Delle	Hart, keine Delle (non-pitting)
Reaktion auf Hochlagerung	Verbessert sich deutlich	Kaum Verbesserung
Hautveränderungen	Selten	Häufig (Verdickung, Verhärtung)
Therapie	Behandlung der Grunderkrankung	Lymphdrainage, Kompression

Rolle der Heimhilfe bei Ödemen

- Als Heimhilfe sind Sie oft die ersten, die Ödeme bemerken!
- **Beobachtung und Dokumentation:**
 - Veränderungen in der Haut und/oder Schwellungen
 - Das Ausmaß der Schwellung und die betroffenen Körperbereiche

■ **Praktische Unterstützung:**

- Bewegungsförderung → Regelmäßige Mobilisation fördert die Durchblutung
- Hochlagern der betroffenen Gliedmaßen → Ableitung der Flüssigkeit
- Kompression: Unterstützung beim Anlegen von Kompressionsstrümpfen (falls ärztlich verordnet)

■ **Weiterleitung an Fachkräfte**

- Auffällige Beobachtungen sofort an die Pflegekraft oder den Arzt*in weitergeben
- bei Symptomen wie Atemnot oder plötzlicher Verschlechterung → notfallmedizinisch Versorgung (Rettung rufen)

Wie kann man die Entstehung von Ödemen vermeiden?

- **Förderung der Bewegung**
- **Gesunde Ernährung:** Weniger Salz, ausreichend Flüssigkeit (nach ärztlicher Anweisung)
- **Kleidung:** Bequeme, nicht einschnürende Kleidung tragen
- **Hautpflege:** Trockenheit oder Spannungsgefühle durch geeignete Cremes lindern

Wann wird ein Ödem gefährlich?

Alarmsignal bei folgenden Symptomen

- **Atemnot** (Hinweis auf Lungenödem)
- Plötzliche **starke Schwellung eines Beins** (Hinweis auf Thrombose)
- **Schmerzen** oder Rötung in der Schwellung
- **Bewusstseinsstörungen** oder **Kreislaufprobleme**

