



Die Gesundheitsseite

Blasen



Neue Schuhe – Leder reibt sich bei jedem Schritt mit Haut, eine Blase öffnet sich, schmerzhaft... Unsere Empfehlungen zur Vorsorge und zur Pflege.

Wie der Körper reagiert

Bullae, gefüllt mit seröser Flüssigkeit – einer Flüssigkeit, die dem Blutserum ähnelt – sind landläufig besser bekannt als Blasen. Diese treten häufig an den Füßen auf, wenn sich dort die Haut wiederholt an Schuhen reibt. Gelegentlich entwickeln sie sich auch an den Händen, wenn ohne Schutzhandschuhe längere Zeit mit Werkzeug gearbeitet wird. Aber auch andere Gründe können zur Bildung von Blasen führen. Beispielsweise Verbrennungen (durch direkt auf die Haut einwirkende Hitze oder Eis...), allergische Reaktionen auf chemische Produkte (Kosmetik, Lösungsmittel...), Medikamente oder auch Krankheiten wie Windpocken, Herpes, Gürtelrose, Eitergrind...

Die gute Nachricht: Blasen tragen dazu bei, dass Druck auf die Haut und Kontakt mit Schmutz vermieden werden. Wenn die Haut jedoch platzt liegt die Wunde offen, rosa, nässend und sehr schmerzhaft.

Daher besteht das grösste Risiko in einer Infektion, vor allem wenn die Blase durchstochen ist.

Was Sie tun können

Kleine, geschlossene Blase: Nicht aufstossen, damit die Haut weiterhin ihre Schutzwirkung behält. Tagsüber mit einem Pflaster ohne zu drücken abdecken. Blase

nachts an der Luft trocknen lassen oder Hydrokolloidverband (zweite Haut) auflegen.

Grosse, schmerzende geschlossene Blase: Hände waschen und den Rand der Blase vorsichtig mit einer desinfizierten Nadel (dazu Alkohol auf 70 °C erhitzen) an ein bis zwei Stellen aufstechen. Abgestorbene Haut der Blase nicht ablösen; Flüssigkeit durch sanftes Drücken aus der Blase entfernen. Desinfizieren, trocknen, steriles Pflaster ohne zu zerren auflegen. Bei Durchfeuchten sofort auswechseln. Blase nachts an der Luft trocknen lassen oder Hydrokolloidverband auflegen.

Aufgerissene Blase: Abgestorbene Haut belassen. Wundbereich sanft mit Wasser und Seife oder mit einer antiseptischen Lösung reinigen. Trocknen und danach steriles Pflaster ohne zu zerren auflegen. Bei Durchfeuchten sofort auswechseln. Blase nachts an der Luft trocknen lassen oder Hydrokolloidverband auflegen.

Tipps vom Wanderprofi: Neue Wanderschuhe vor der Wanderung oder der Teilnahme an einem Wettbewerb langsam an den Fuss gewöhnen. Präventiv Anti-Friction Creme auftragen. Sie nährt, glättet und ist in der Apotheke erhältlich.

PlusTipp

Ihr pharmacieplus-Apotheker kann Ihnen verschiedene, für den jeweiligen Blasentyp geeignete Pflaster oder Behandlungen zur Förderung der Wundheilung empfehlen: Nahrungsergänzungsmittel mit Vitaminen und Spurenelementen, homöopathische Mittel oder Mixturen auf der Basis ätherischer Öle.

Verzichten Sie auf Selbstmedikation ohne Absprache mit Ihrem Apotheker. Falls Sie in Behandlung sind, berät er Sie jederzeit gerne.

Auf www.pharmacieplus.ch finden Sie alle pharmacieplus-Spezialitäten.

