

Die Brandverletzung –
Behandlung und unterstützende Angebote auf
der Bettenabteilung und im ambulanten Bereich

Broschüre 2



**UniversitätsSpital
Zürich**

Wir wissen weiter.

Inhalt

Stationärer Aufenthalt

Bettenabteilung	5
Medizinische und pflegerische Versorgung	5
Ernährung	6
Physio- und Ergotherapie	7

Austrittsinformationen

Rückkehr nach Hause	8
Kompressionstherapie	10
Ernährung zu Hause	11

Ambulante Nachbetreuung

Sprechstunden und Ablauf	12
Funktionell und kosmetisch störende Narben	14
Psychische Anpassung an ein neues Leben	15
Intimität und Sexualität nach einer Brandverletzung	16
Sozialdienst	17
Hilfe zur Selbsthilfe	17

Kontaktliste	18
---------------------	----

Impressum

Herausgeber:
UniversitätsSpital Zürich
Zentrum für Brandverletzte

Kontakt:
Stefania Simone
stefania.simone@usz.ch

Sehr geehrte Patientin
Sehr geehrter Patient
Sehr geehrte Angehörige

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen einen Überblick über den stationären und ambulanten Verlauf der Versorgung Ihrer Brandverletzung bieten. Es ist uns ein Anliegen, Sie und Ihre Angehörigen in der aktuellen Ausnahme-situation nach Kräften zu unterstützen. Die Broschüre soll Sie über die wichtigsten Behandlungsformen und Abläufe informieren. Selbstverständlich stehen wir Ihnen auch jederzeit zum persönlichen Gespräch zur Verfügung.

Gerne nehmen wir uns die Zeit, mit Ihnen über Ihre Bedürfnisse, Fragen und Anregungen zu sprechen. Während jeder Etappe des Genesungsprozesses erlangen Sie die Befähigung, Ihr Leben wieder eigenständiger in die Hand zu nehmen. Sie dabei zu begleiten, sehen wir als unsere Aufgabe.

Freundliche Grüsse

Das interdisziplinäre Behandlungsteam des Zentrums für
Brandverletzte des UniversitätsSpitals Zürich

Stationärer Aufenthalt

Bettenabteilung

Die Allgemein- und Privatabteilung

Kleinflächige Verbrennungen werden direkt auf den Bettenabteilungen behandelt. Für schwer Brandverletzte ist die Bettenabteilung der nächste Schritt nach der Intensivstation, sobald der Heilungsverlauf soweit fortgeschritten ist, dass die Gesundheit nicht mehr akut bedroht ist und die meisten Wunden eine Heilungstendenz zeigen. Beide Abteilungen sind spezialisiert für Behandlungen von brandverletzten Patientinnen und Patienten. Die im Jahr 2008 renovierten Zimmer verfügen alle über ein eigenes Badezimmer mit Dusche und Toilette. Die Zimmer enthalten eins bis vier Betten. Nebst Patienten mit Brandwunden werden hier auch Patientinnen und Patienten mit anderen Diagnosen behandelt. Wir legen grossen Wert auf eine bestmögliche, interdisziplinäre Zusammenarbeit mit dem ärztlichen und therapeutischen sowie dem Sozial- und psychologischen Dienst. Für die Koordination spielen der verantwortliche Chirurg oder die verantwortliche Chirurgin sowie die Bezugspflegefachperson eine wichtige Rolle. Ein Tagesplan erleichtert Ihnen den Überblick über die verschiedenen Aktivitäten.

Medizinische und pflegerische Versorgung

Das Meersalzbad spielt bei der Behandlung von Brandwunden eine wichtige Rolle. Zu diesem Zweck gibt es auf der Bettenabteilung ein Verbandszimmer, wo Meersalzbäder oder -duschen durchgeführt werden. Die Verbände werden auf der Bettenabteilung ohne Narkose gewechselt. Bei Bedarf werden genügend Schmerzmittel verabreicht, um die Behandlung so schmerzfrei wie möglich durchführen zu können. Es können in dieser Zeit zusätzliche Eingriffe unter Narkose stattfinden, die der gründlicheren Wundsäuberung dienen. Unter Narkose werden auch grössere Wundflächen erneut mit Spalthaut oder einem anderen Hautersatz gedeckt, was die Wundheilung beschleunigt und die Anfälligkeit für Komplikationen reduziert. Am Ende des Aufenthalts sind die Wunden vielleicht noch nicht alle verschlossen, aber die Wundflächen sind insgesamt kleiner geworden, erfordern meistens keine operative Versorgung mehr und der Verbandwechsel kann ambulant oder in einer Rehabilitationsklinik durchgeführt werden. Bedenken Sie, dass der Weg ins Alltagsleben auch Rückschläge beinhaltet, welche dazugehören.

Ernährungsberatung

Frühkompression

Tiefe Verbrennungswunden hinterlassen Narben. Die Narbenreifung ist ein Prozess, der viele Monate dauert. Eine wesentliche Massnahme bei ausgedehnten Narbenarealen ist die Frühkompression mittels Schlauchverband, mit der die Narbenqualität verbessert werden kann. Damit wird möglicherweise schon auf der Intensivstation begonnen. Weitere Informationen unter «Kompressionstherapie», Seite 10.

Förderung Selbständigkeit

Anfänglich werden Sie in den Aktivitäten des täglichen Lebens noch stark eingeschränkt sein. Um Ihre Selbstständigkeit zu fördern, werden wir Sie mit der Zeit in immer mehr Verrichtungen einbeziehen. Gemeinsam suchen wir nach Lösungen, wie Sie mit Ihren Einschränkungen umgehen können und wie wir Sie dabei unterstützen können. Das Ziel ist, Selbstständigkeit zurückzugewinnen. Auf der Bettenabteilung kommen die zuständigen Mitarbeitenden der verschiedenen Dienste meist zu Ihnen ins Zimmer. Umfangreichere Diagnostiken und mögliche operative Eingriffe werden in speziell dafür vorgesehenen Räumlichkeiten durchgeführt.

Ihr Körper benötigt während der Zeit im Spital aufgrund der Wundheilung etwa einen Drittel mehr Energie und bis doppelt so viel Eiweiss wie gewöhnlich. Zudem verlieren Sie über die Wundfläche Nährstoffe, wie zum Beispiel Eiweisse (Proteine). Die Menge an zusätzlich benötigter Nahrung ist individuell und richtet sich nach der Art und dem Schweregrad der Verbrennung, dem Körpergewicht und der Körpergrösse. Für die meisten Patienten ist die Aufnahme von ausreichend Nahrung eine Herausforderung. Gründe dafür sind Appetitlosigkeit, schnelles Völlegefühl, Schmerzen, Immobilität, etc. Im Rahmen einer Ernährungstherapie können individuelle Empfehlungen besprochen werden.

Physio- und Ergotherapie

Bei der Therapie von Brandverletzten liegt der Schwerpunkt darin, die Selbständigkeit der Betroffenen zu fördern. Dafür brauchen die Patientinnen und Patienten eine gute Beweglichkeit. Die verletzte Haut ist weniger elastisch und verschiebbar. Zusätzlich bilden sich oft dicke Narben und Narbenstränge. Dies schränkt die Beweglichkeit ein und daher ist die Narbenmobilisation essentiell. Durch Dehnung und Verschiebung der Haut werden die Narben beweglicher und verschiebbarer. Ein weiterer Pfeiler

der Therapie besteht in der aktiven Bewegungstherapie, mit dem Ziel, wieder selbständig gehen zu können. Die Ergotherapie fördert das Wiedererlangen der Fähigkeit von alltäglichen Aktivitäten wie sich waschen, essen und Zähne putzen. Frühzeitig angepasste Lagerungsschienen an den Händen helfen, Gelenkeinschränkungen vorzubeugen. Bei Bedarf werden Hilfsmittel zur Vereinfachung abgegeben.



Austrittsinformationen

Rückkehr nach Hause

Ihr Aufenthalt im UniversitätsSpital Zürich geht zu Ende. Die Rückkehr nach Hause bereiten wir mit Ihnen gemeinsam vor. Für uns ist es wichtig, dass Sie nach der Akutbehandlung eine kompetente Nachsorge erhalten, um Ihre Genesung zu unterstützen. Wenn nötig organisieren wir Spitex- oder andere ambulante Dienste.

Wundpflege

Gerne zeigen wir Ihnen und Ihren Angehörigen ein paar Tage vor Austritt, wie Sie den Verbandswechsel zu Hause durchführen können. Falls Sie dafür auf zusätzliche Hilfe angewiesen sind, werden wir einen Pflegebericht mit genauen Anweisungen, z.B. an die Spitex, übermitteln.

Haushalt

Bei Bedarf kann eine Haushaltshilfe organisiert werden, die Ihnen regelmässig anfallende Arbeiten in Ihrem Haushalt übernimmt, wie z.B. Begleitung beim Einkaufen oder Kochen. Die Kosten für hauswirtschaftliche Dienstleistungen werden durch Sie persönlich getragen, wenn Sie keine Zusatzversicherung oder Ergänzungsleistungen haben.

Hautpflege

Sie können sich zu Hause mit normaler Seifen waschen. Benutzen Sie jedoch täglich einen frischen Waschlappen, da sich vor allem am Anfang noch viele Hautschuppen lösen können. Durch den Verlust an Talgdrüsen neigt die narbige und transplantierte Haut dazu, spröde und trocken zu werden. Deshalb ist es wichtig, sich täglich mit fettender Lotion einzucremen, z.B. mit Excipial Lipolotio oder Bepanthen Salbe. Ein zusätzlicher Vorteil des Eincremens ist, dass die verhärteten Narbenstränge durch Massage mit einer fettiger Salbe vorübergehend weicher werden.

Instabiles Hautgewebe

Instabile Narben treten häufig durch eine beeinträchtigte Wundheilung oder an Stellen mit starker Hautspannung oder Dehnungsbeanspruchung auf. Das Narbengewebe ist weniger elastisch; eine zu schnelle Zunahme von Körpersubstanzen oder das geringfügige Stossen an Gegenständen kann leicht eine Wunde verursachen. Instabile Narben müssen teilweise einer chirurgischen Korrektur unterzogen werden.

Juckreiz

Durch den Wundheilungsprozess kann es zu lästigem Juckreiz kommen. Ein feuchtes, kaltes Tuch oder ein Eisbeutel (Coldpack) und Druck (Kompressionsanzug) können den Juckreiz lindern. Helfen können auch verschiedene Medikamente, wie z.B. Feniallerg Tropfen. Meiden sollten Sie Wolle, da diese den Juckreiz verstärken kann oder Nylon, welches zu Hautreizungen führen kann. Wir empfehlen Kleidung aus Baumwolle, Seide oder Baumwoll-Polyester-Mischfasern.

Wärme und Kälte

Bis die Narbenbildung abgeschlossen ist, reagieren Sie möglicherweise auf Wärme und Kälte mit starkem Schwitzen oder Verfärbungen der Haut. Schützen Sie sich mit bequemer, nicht zu enger, aus natürlichen Materialien (z.B. Baumwolle) hergestellter Kleidung.

Schwitzen

Durch den Verlust von Schweißdrüsen kann Ihr Körper weniger schwitzen und hat somit Mühe mit der Wärmeregulation. Deshalb sollten Sie vorsichtig sein bei hohen Temperaturen, da Sie schneller zu einem Hitzschlag

oder Sonnenstich neigen. Schützen Sie sich vor der Sonne und trinken Sie genug.

Sonnenschutz

UV-Strahlen oder Höhensonne können die junge Haut bleibend dunkel verfärben. Deshalb müssen die Narben, so lange sie noch gerötet sind, abgedeckt werden. Zur Abdeckung der Narben verwenden Sie am besten einen Sonnenblocker, auch wenn Sie einen Kompressionsanzug tragen. Dieser ist für Sonnenstrahlen durchlässig.

Sport

Möchten Sie Ihre sportlichen Aktivitäten wiederaufnehmen? Sprechen Sie zuvor mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin und Ihrem Physiotherapeuten oder Ihrer Physiotherapeutin. Ihre Haut ist noch leicht verletzbar. Schwitzen weicht Ihre Haut auf und kann zu neuen Wunden führen. Sie könnten sich auch wegen des Muskelmangels verletzen. Schwimmen sollten Sie erst nach vollständiger Hautheilung, da Infektionsgefahr besteht.

Kompressionstherapie

Wundheilung und Narben

Die Heilung von Narbengewebe kann 12 bis 24 Monate dauern. Dies erfordert Disziplin, Geduld und Durchhaltevermögen. Nach Verbrennungen, Verätzungen oder Hautverpflanzungen können verdickte Narben entstehen. Kompressionsbekleidung mit einem stetigen Druck verringert die Bildung von verdickten Narben und unterstützt den natürlichen Heilungsprozess.

Indikation

Mit der Kompressionstherapie wird begonnen, sobald die Wundsituation es zulässt. Individuelle, nach Mass angefertigte Kompressionsbekleidung soll möglichst 23 Stunden am Tag getragen werden. Des Weiteren wird der Druck auf die Narben mit Silikoneinlagen und Silikonpflastern gleichmässig verteilt, das Narbengebiet feucht gehalten und somit vor dem Austrocknen geschützt.

Wasch- und Pflegeanleitung

Vor dem Waschen sollten Sie alle Verschlüsse der Kompressionsbekleidung schliessen. Waschen Sie die Kompressionsbekleidung täglich mit Feinwaschmittel von Hand oder im Schonwaschgang (max. 40 °C). Bei Handwäsche reichlich spülen, nicht

wringen. Verwenden Sie keine Weichspüler, keine chemischen Reinigungen und keine Bleichmittel.

Falls die Kompressionskleidung von Hand gewaschen wird, soll regelmässig (ca. 1 x / Woche) ein Maschinenwaschgang durchgeführt werden, um eine gründliche Reinigung von Fett, Hautschuppen und Salzeinlagerungen zu gewährleisten. Trocknen Sie die Kleidung nicht im Wäschetrockner, auf dem Heizkörper oder in der Sonne, da sich die Fasern sonst verhärtend und die Druckwirkung so vermindert wird. Sie können die Trockenzeit verkürzen, indem Sie die Kompressionskleider nach dem Waschen auf ein dickes Frotteehandtuch legen, fest einrollen und kräftig ausdrücken. Danach die Kompressionskleidung lose aufhängen.

Kontrolle und Anpassung des Anzugs

Die Kompression durch den Anzug wird durch die Hersteller für 6 Monate garantiert. Danach ist die Kompression durch Ermüdung der Elastanfasern nicht mehr vollumfänglich gewährleistet, weshalb eine Kontrolle der Bekleidung nach 6 Monaten zu empfehlen ist. Eine Kontrolle ist zudem nötig bei der Entstehung von Hautausschlägen, Blasen, Narbenrissen, bei Schmerzen oder bei der Veränderung des Körpergewichts (Zu- oder Abnahme).

Ernährung zu Hause

Viele Patientinnen und Patienten verlieren während ihres Spitalaufenthalts an Muskelmasse. Während und nach dem Spitalaufenthalt ist es wichtig, den Körper mit ausreichend Energie und Eiweiss zu versorgen. Einerseits, damit die Wunden heilen können, andererseits damit Sie langsam an Körpergewicht und Muskelmasse zunehmen. Eine zu schnelle Gewichtszunahme (mehr als 3 kg pro Monat) sollten Sie vermeiden. Sonst könnten die Kompressionsanzüge zu eng werden und eine Spannung auf dem Narbengewebe verursachen.

Die folgenden Empfehlungen helfen bei der Wundheilung und beim Muskelaufbau:

Bei Gewichtsverlust

- Essen Sie drei Hauptmahlzeiten pro Tag. Ihre Mahlzeit soll aus einer Beilage (Reis, Teigwaren, Kartoffeln, Getreide etc.) und einer Eiweisskomponente (Fleisch, Fisch, Ei, Milchprodukt, Tofu) bestehen.
- Planen Sie eine eiweissreiche Zwischenmahlzeit und/oder einen Spätimbiss ein (z.B. ein Stück Brot mit Käse, einer Creme oder einem Joghurt).
- Wenn Sie weniger als zweimal pro Tag Gemüse oder Früchte essen,

empfehlen wir Ihnen, eine Multivitamin-/Mineralstofftablette pro Tag einzunehmen.

- Kontrollieren Sie Ihr Körpergewicht einmal pro Woche.

Bei Übergewicht und/oder schneller Gewichtszunahme

- Reduzieren Sie ihr Gewicht langsam, ca. 1–2 kg pro Monat.
- Achten Sie auf eine ausreichende Eiweisszufuhr: zu jeder Hauptmahlzeit eine Portion Fleisch, Fisch, Ei oder Milchprodukte.
- Verzichten Sie auf fettreiche Speisen (Rahmsaucen, Frittiertes, Paniertes, Fast Food) und auf Süssgetränke.
- Kontrollieren Sie Ihr Körpergewicht einmal pro Woche.

Bei Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)

- Reduzieren Sie Ihr Gewicht langsam, ca. 1–2 kg pro Monat.
- Bei zu hohen Blutzuckerwerten empfehlen wir eine Ernährungsberatung.
- Essen Sie drei Hauptmahlzeiten pro Tag. Ihre Mahlzeit soll aus einer Beilage (Reis, Teigwaren, Kartoffeln, Getreide etc.), einer Eiweisskomponente (Fleisch, Fisch, Ei, Milchprodukt, Tofu) und Gemüse bestehen.
- Verzichten Sie auf gezuckerte Getränke sowie Fruchtsaft.

Ambulante Nachbetreuung

Sprechstunden und Ablauf

Verbrennungsverletzungen haben eine lange Heilungsphase. Von Ihnen und Ihren Angehörigen erfordert das viel Geduld, Kraft und Mut. Wir stehen während dieser Zeit an Ihrer Seite und unterstützen Sie. Die erfolgreiche Behandlung von Brandverletzungen ist das Resultat einer Teamarbeit, die über die Hospitalisation hinausgeht. Das Ziel ist, ein gutes funktionelles, ästhetisches und psychisches Ergebnis zu erreichen.

Sprechstunde für brandverletzte Patientinnen und Patienten

Nach dem Spitalaustritt erfolgen in regelmässigen Abständen Kontrollen in der Spezialsprechstunde für Brandverletzte. Sie erhalten bei Austritt einen Nachkontrolltermin für die chirurgische Poliklinik. Dabei werden Kompressionsbekleidung, Silikoneinlagen und Schienen an die jeweilige Narbensituation angepasst. Bringen Sie diese bitte zum Termin mit. Bei Bedarf werden Rezepte für Verbandsmaterialien und Medikamente und für die Spitex oder Physiotherapie ausgestellt.

Interdisziplinäre Sprechstunde für schwer brandverletzte Patientinnen und Patienten

Die interdisziplinäre Sprechstunde für schwer brandverletzte Patientinnen und Patienten wird monatlich in der Poliklinik der Klinik für Plastische Chirurgie und Handchirurgie angeboten. Die Patienten, welche von einer Verbrennung stark betroffen sind, werden vom UniversitätsSpital Zürich nach Entlassung aus dem Spital oder der Rehabilitationsklinik regelmässig zur Nachkontrolle aufgebeten.

Zuerst erfolgt eine Konsultation in der Physiotherapie und Ergotherapie sowie der spezialisierten Pflegeexpertin APN. Mittels spezifischen Erfassungsinstrumenten evaluieren wir Ihren allgemeinen Zustand. Die Beratungen sind individuell gestaltet und wir richten die abgeleiteten Massnahmen nach Ihren Anliegen und den Bedürfnissen Ihrer Familie aus. Anschliessend wird der Arzt zugezogen, um das weitere Prozedere zusammen mit Ihnen zu besprechen (z.B. weitere Operationen oder Therapien). Je nach Bedürfnissen und Wünschen werden weitere Dienste, wie z.B. der Sozialdienst oder der psychologische Dienst einbezogen.

Physiotherapie und Ergotherapie im ambulanten Setting

Zurück im gewohnten Umfeld ist es wichtig, dass sich Ihre Selbständigkeit und auch die Beweglichkeit weiter verbessert. Optimal ist es, wenn zwei bis drei Mal pro Woche eine Trainingseinheit durchgeführt wird. Da sich Narben bis zu zwei Jahre nach dem Unfall verändern, ist es essentiell, dass die Narbenmobilisation auch Monate später noch weitergeführt wird.



Funktionell und kosmetisch störende Narben

Wenn wichtige Bewegungen eingeschränkt sind, ist häufig eine chirurgische Korrektur erforderlich. Während der Konsultation in unserer Poliklinik werden Ihre Narben und der Bewegungsumfang verschiedener Gelenke geprüft.

Falls sich trotz intensiver Physiotherapie und kontinuierlicher Kompression die Narben so zusammenziehen, dass Ihnen bestimmte Bewegungen Schwierigkeiten bereiten, kann eine Korrekturoperation helfen. Ebenfalls können entstellte Narben nach erfolgter Narbenreife chirurgisch korrigiert werden. Wenn Sie unschöne Narben haben, besonders im Gesicht, kann das sehr belastend sein. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, die Narben weniger sichtbar zu machen.

Operative Behandlungsmöglichkeiten

Narben können entfernt und direkt neu verschlossen werden. Es kann eine Umverteilung der Hautspannung (so genannte Z-Plastik) wie auch eine erneute Hauttransplantation oder – bei tieferen Wunden – eine Muskeltransplantation durchgeführt werden.

Nicht-operative Behandlungsmöglichkeiten

Eine Möglichkeit nicht-operativer Einsätze ist die Einspritzung von Cortison direkt in die Narbe. Eine andere Methode ist die Stimulierung der oberflächlichen Hautschichten mit einem speziellen Gerät (Needling). Medizinische Camouflage kann dabei helfen, Rötungen oder Narben abzudecken.

Camouflage – Medizinisches Make-Up für Gesicht, Körper und Seele

Durch Brandverletzungen, störende Hautanomalien (Hautdefekte, Hautveränderungen) sowie durch plastisch rekonstruktive Eingriffe können Narben entstehen. Die Hautveränderungen variieren in Bezug auf Farbe und Struktur und werden oft als störend empfunden. Operativ ist es nur eingeschränkt möglich, diese zu korrigieren. Die medizinische Camouflage kann die beeinträchtigten Hautareale dem umliegenden Hautbild anpassen. Im Zentrum für Brandverletzte der Klinik für Plastische Chirurgie und Handchirurgie arbeiten in der Camouflagetechnik speziell ausgebildete Pflegefachpersonen, die Sie diesbezüglich beraten und anleiten können.

Psychische Anpassung an ein neues Leben

Schwere Brandverletzungen bringen Betroffene nicht nur physisch an ihre Grenzen, sondern fordern auch ihre Psyche auf eine vielfältige Weise immer wieder aufs Neue heraus. Dieser Prozess ist nicht nach wenigen Wochen abgeschlossen, sondern dauert häufig Monate und Jahre.

Der Umgang mit Veränderungen von Aussehen oder Funktion betroffener Körperregionen, die Auseinandersetzung mit dem Erlebten, Erinnerungen an eine oft lange Behandlungszeit und viele weitere Einflüsse spiegeln sich im seelischen Erleben wider. Nicht selten kommt es irgendwann im Verlauf der Zeit zur Ausbildung oder Reaktivierung psychischer Symptome. Dabei ist es wichtig zu wissen, dass diese nicht zwingend mit psychischen Krankheiten gleichzusetzen sind; jedoch sind sie immer ernst zu nehmen und sollten unter niederschwelligem Beizug von spezialisierten Psychiatern und Psychiaterinnen oder Fachpsychologen und Psychologinnen sorgsam untersucht werden, um geeignete Massnahmen treffen zu können.

Der Anteil schwer brandverletzter Patienten, welche psychiatrisch-psychologische Hilfe bedürfen, ist hoch. Es ist in jedem Fall entscheidend, auftretende Symptome

möglichst früh in ihren korrekten diagnostischen Kontext zu setzen. Neben kurzen Krisen, die rasch und in der Regel folgenlos abklingen, ist das Risiko für Depressionen, Angst-erkrankungen, problematischen Substanzkonsum, Schlafstörungen, Traumafolgestörungen sowie Probleme in Partnerschaft und Familie erhöht. Sprechen Sie frühzeitig mit Ihrem Hausarzt oder Ihrem Therapeuten über psychische Symptome jeglicher Art. Diese Fachpersonen können Sie fachkundig über die, in Ihrem Fall sinnvollen, weiteren Schritte informieren und mit Ihnen zusammen ein geeignetes Vorgehen entwerfen. Im Falle eines akuten Notfalls oder bei fehlender Erreichbarkeit des ambulanten Behandlungsteams können sich Betroffene jederzeit und rund um die Uhr beim psychiatrischen Notfalldienst des Universitäts-Spitals Zürich melden.

Präventiv wirksam und für eine erkrankte Psyche lindernd sind in jedem Fall das Einhalten eines konstanten Tagesablaufs mit regelmäßigen Schlafens- und Essenszeiten, eine ausgewogene Ernährung, der bewusste Einbau positiver Aktivitäten in den Alltag sowie das Pflegen eines persönlichen Netzes vertrauter Bezugspersonen.

Intimität und Sexualität nach einer Brandverletzung

Eine Brandverletzung ist eine grosse körperliche und seelische Belastung und wirkt sich auf verschiedenste Lebensbereiche aus – auch auf Intimität und Sexualität. Verschiedene körperliche und seelische Vorgänge beeinflussen unsere Sexualität. Ihr Bedürfnis nach Zärtlichkeit und Sexualität hat sich möglicherweise durch die körperlichen und seelischen Strapazen verändert. Es kann dauern, bis sich die Lust auf geschlechtliche Beziehungen wieder einstellt. Vielleicht fällt es Ihnen schwer, Ihren durch die Brandnarben veränderten Körper zu akzeptieren, sodass Sie sich zurückziehen.

Haben Sie Fragen oder Befürchtungen in Bezug auf die sexuelle Funktionsfähigkeit oder die Auswirkungen der Verletzungen, bitten wir Sie – ungeachtet davon, an wen aus dem Behandlungsteam Sie sich wenden möchten – uns Ihre Sorgen mitzuteilen. Wir nehmen diese entgegen und verbinden Sie mit unseren jeweiligen Fachleuten aus dem Bereich Medizin, Psychologie oder Sexualberatung.

Sozialdienst

Nach einer Brandverletzung stellen sich verschiedenste Fragen, bei denen wir Ihnen Unterstützung und Orientierung bieten können. Wir können Ansprüche bei Sozialversicherungen und Behörden abklären, beraten Sie zum Thema Arbeit, Wohnen, Finanzen, Hilfestellungen für Zuhause und bei der Bewältigung Ihres Alltags. Es gibt viele spezialisierte Beratungsstellen und Stiftungen, an die wir Sie nach individuellem Bedarf überweisen können. Die Beratung ist kostenlos.

Hilfe zur Selbsthilfe

Kontakt zu ehemaligen Patientinnen und Patienten

Bei Bedarf organisieren wir Treffen mit ehemaligen Patientinnen und Patienten am UniversitätsSpital Zürich.

Selbsthilfegruppe

Das Selbsthilfecenter Zürich unterstützt Menschen, welche ähnliche Erfahrungen gemacht haben zwecks Informationsaustausch oder Entlastung.

Kontakt

pflegeberatung.pch@usz.ch



Kontaktliste

Während der stationären Behandlung werden die ersten Kontakte zu den Behandelnden geknüpft, die Sie auch nach der Entlassung weiterbetreuen werden.

Im Anschluss sind einige Kontaktstellen aufgeführt. Bei diesen können Sie sich für spezifische Anliegen, Beratungen und Hilfestellungen melden, wenn Sie wieder nach Hause zurückgekehrt sind.

Bettenstationen Ost C III +41 44 255 23 47

Bettenstationen Ost F III +41 44 255 24 80

Sprechstundentermine (8.00 bis 16.00 Uhr) +41 44 255 27 38

Camouflage Information und Termine camouflage@usz.ch

Pflegeexpertin APN +41 79 856 91 66, pflgeberatung.pch@usz.ch

Physiotherapie +41 44 255 23 21, brandverletzte-peu@usz.ch

Ergotherapie +41 44 255 23 74, ergotherapie@usz.ch

Sozialdienst +41 44 255 22 11, sozialdienst@usz.ch

Ernährungsberatung +41 44 255 36 20, endodiabetes@usz.ch

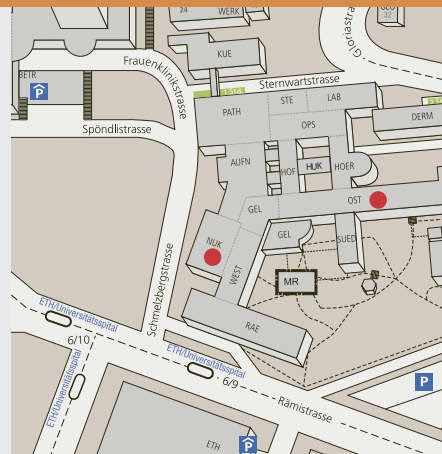
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie +41 44 255 52 80, psy.info@usz.ch

Wir hoffen, Ihnen mit diesen Informationen auf dem künftigen Weg weiterzuhelfen.
Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Für die Zukunft wünschen wir Ihnen alles Gute!

UniversitätsSpital Zürich
Zentrum für Brandverletzte
Rämistrasse 100
8091 Zürich
pch@usz.ch
www.plastische-chirurgie.usz.ch

Tramlinien 6, 9, 10 bis Haltestelle
ETH/Universitätsspital.



Folgen Sie dem USZ unter

