

BEHANDELEN VAN SCHAAFWONDEN

Inleiding

Schaafwonden zijn oppervlakkige, niet erg bloedende wonden, die zeer pijnlijk kunnen zijn. Ze ontstaan meestal bij vallen of stoten en komen daarom veel voor bij spelende kinderen, sporters en fietsers. Veelal worden "uitstekende" lichaamsdelen getroffen, zoals ellebogen, knieën, handen of kin.

Hoe ontstaat een schaafwond?

Een schaafwond ontstaat door het schuren van de huid over een ruw oppervlak, waarbij de huid over een (groter) oppervlakte ontvelt wordt en er bloed "puntjes" verschijnen. De kans is daarbij aanwezig dat de wond geïnfecteerd raakt, doordat (straat)vuil in de wond achterblijft. De ernst van een schaafwond hangt dan ook af van de snelheid waarmee de huid in aanraking komt met het oppervlak, de mate van ruwheid van het oppervlak, de druk waarmee de huid er mee in aanraking komt én de mate van vervuiling die hierbij ontstaat.

De huid beschermt ons lichaam tegen vuil en bacteriën. Als door een schaafwond deze bescherming wegvalt, is het gevaar voor een ontsteking (en daarmee een verstoring van het genezingsproces) groot. Het is daarom belangrijk dat de schaafwond gereinigd en ontsmet wordt en schoon blijft, waarbij het van belang is te weten met welk oppervlak de huid in aanraking is geweest. Over het algemeen kan men stellen dat hoe langer de huid over het oppervlak schuurt, hoe dieper de schaafwond zal zijn.

Een schaafwond beslaat vaak een wat groter oppervlak en voelt daarom behoorlijk pijnlijk en branderig aan.

De pijn bij een schaafwond wordt vooral veroorzaakt doordat veel zenuwuiteinden die vlak onder de huid liggen over een (groter) gebied geraakt zijn. Schaafwonden die bedekt worden door kleding zijn vaak extra hinderlijk, omdat het textiel de neiging heeft aan de wond te plakken.

Hoe geneest een schaafwond?

De genezing van een schaafwond hangt nauw samen met de aard en de omvang van de wond. Hoe gecompliceerder de schaafwond, des te langer de genezingsduur zal zijn. De meeste schaafwonden zijn echter binnen twee weken volledig genezen. Van nature zal een aan de buitenlucht blootgestelde schaafwond vanzelf genezen volgens een vast patroon. Eerst zal zich binnen enkele uren een afdekkende korst op het wondoppervlak vormen die de dagen erna gaandeweg dikker wordt. De ergste pijn verdwijnt daarmee dan ook.

BEHANDELEN VAN SCHAAFWONDEN

Binnen één à twee dagen kan rondom de korst een zone van roodheid en zwelling ontstaan en voelt het wondgebied warmer aan dan de omgeving. In een normale situatie nemen deze ontstekingsverschijnselen ook weer binnen één à twee dagen af.

Vervolgens zal dan de korst aan de randen geleidelijk beginnen los te laten. In deze fase van het genezingsproces treedt vaak hinderlijke jeuk op (let op: krabben zal het genezingsproces verstoren en kan opnieuw een infectie veroorzaken!). De korst zal na enige tijd vanzelf loslaten (niet lospeuteren!) en er toont zich een dunne, rosse, nieuwe huid welke nog enige bescherming behoeft. Schaafwonden in de omgeving van gewrichten zijn extra hinderlijk, omdat ze een trekkend, onaangenaam gevoel veroorzaken bij bewegingen.

Als de schaafwond niet goed en ongestoord geneest kan het zijn dat er blijvende littekens ontstaan.

Schoonmaken en desinfecteren van een schaafwond.

Wonden moeten worden schoon gemaakt. Dit geldt dus ook voor een schaafwond. Zachtjes schoonspoelen met water, ook als er vuil in de wond zit. Veeg vuil in een schaafwond niet met een doekje weg. Dat doet onnodig pijn.

Over desinfecteren van een schaafwond zal het laatste woord nog niet zijn gezegd. Velen zijn altijd nog van mening dat een schaafwond ontsmet moet worden. Betadine-jodium, jodiumtinctuur of chloorhexidine zijn sterk bacteriedodend, maar zij tasten ook de eiwitten van de gezonde lichaamscellen aan. Bovendien wordt bij hele grote schaafwonden door het ontstekingsvocht de jodium vrij snel onwerkzaam gemaakt. Om schaafwonden schoon te maken en tegelijkertijd bacteriën te doden zal uitbruisen met de oude bekende waterstofperoxyde nog het beste zijn. Maar dan moet het nog wel werkzaam zijn. (KIJK NAAR STICKER OP DE VERBANDDOOS).