

WAS IST EIN AKTIVES WUNDMANAGEMENT UND WARUM IST ES UNERLÄSSLICH?

Da das Zungenband bei Babys nur gelasert wird und die Wundränder nicht vernäht werden, müssen spätestens alle 4 Stunden auch nachts Dehnübungen für 4 Wochen durchgeführt werden.

Ein aktives Wundmanagement ist unerlässlich, um die Funktionalität des Zungenbändchens sicherzustellen und langfristige Probleme zu vermeiden.

Was bewirkt die regelmäßige Dehnung?

1. Verhinderung von Narbenbildung und Wundkontraktion:

- Nach der Durchtrennung des Zungenbändchens besteht das Risiko, dass sich die Wunde zusammenzieht und Narbengewebe bildet. Dies kann die Beweglichkeit der Zunge beeinträchtigen und langfristige Probleme verursachen.
- Durch regelmäßige Dehnungsübungen wird das umliegende Gewebe gedehnt und die Bildung von Narbengewebe minimiert. Dies fördert eine bessere Heilung und reduziert das Risiko von Funktionsbeeinträchtigungen.

2. Förderung der Zungenbeweglichkeit:

- Aktive Dehnungsübungen helfen dabei, die natürliche Beweglichkeit der Zunge wiederherzustellen oder zu verbessern. Dies ist besonders wichtig, um sicherzustellen, dass das Baby nach der Frenotomie effektiv saugen, schlucken und sprechen kann.
- Ohne regelmäßige Dehnung könnten sich die Wundränder verfestigen und die Zungenbeweglichkeit dauerhaft einschränken.

3. Vorbeugung gegen erneute Verklebung:

- In einigen Fällen kann es nach der Frenotomie dazu kommen, dass die Wundränder erneut zusammenwachsen oder verkleben. Durch regelmäßige Dehnungsübungen wird dies verhindert und die Durchlässigkeit der Wunde erhalten.

4. Optimierung der Ergebnisse der Frenotomie:

- Ein aktives Wundmanagement trägt dazu bei, dass die Ergebnisse der Frenotomie langfristig optimal sind. Dies umfasst nicht nur die Heilung der äußeren Wunde, sondern auch die Gewährleistung einer guten inneren Heilung und Funktion.

5. Verhinderung von postoperativen Komplikationen:

- Eine vernachlässigte Wundpflege kann zu Infektionen oder anderen postoperativen Komplikationen führen. Regelmäßige Dehnungsübungen halten die Wunde sauber und fördern eine gesunde Heilung.

Durchführung des aktiven Wundmanagements:

Liebe Eltern wir wissen wieviel Überwindung es sie kostet, das aktive Wundmanagement zu machen.

Es ist jedoch für den Erfolg sehr wichtig ausreichend und nicht zu zaghaft zu dehnen, damit die Wunde nicht verkürzt zusammenwächst und es zu einem Reattachement, einem erneuten Zusammenwachsen des Bandes kommt.

Zwei Varianten von aktivem Wundmanagement

1. FAUSTREGEL: 4-4-4- gilt für beide Varianten. Heißt: alle 4 Stunden, 4 Wochen lang, 4 Sekunden die Dehnung halten auch in der Nacht.
2. Bitte den Abstand zwischen den Dehnübungen nicht länger als 4 Stunden ausdehnen, um ein Verkleben der Wunde zu hindern.
3. Sie brauchen keine Handschuhe, sauber gewaschene Hände mit kurzen sauberen Fingernägeln reichen aus.
 - Falls Sie Handschuhe benutzen möchten, sollten diese pudertfrei und latexfrei sein.
 - Wenn Sie ihre Hände vor der Übung desinfizieren möchten, tun Sie dies vor dem Waschen, um keine Rückstände an Ihren Fingern zu haben.

4. Sie können die Dehnübung entweder vor dem Stillen durchführen oder unabhängig davon, je nachdem, was für ihr Baby am besten funktioniert
5. Bitte versuchen Sie das Dehnen so entspannt wie möglich für ihr Baby zu machen. Machen sie nichts hektisch oder überstürzt. Wenn es nicht direkt klappen sollte, gehen Sie aus dem Mund und versuchen sie es wieder spielerisch.
6. Bitte legen Sie ihr Baby auf dem Wickeltisch mit dem Kopf zu ihnen.
 - Gehen Sie zunächst entspannt an die Mundwinkel und legen die Zeigefinger zwischen den zahnlosen Ober- und Unterkieferkamm. Bewegen Sie sachte ihre Finger, so dass sie damit die Zunge ihres Babies stimulieren. Dadurch hebt es Zunge oder streckt sie kurz aus. Nutzen Sie diese Zeit, um unter die Zunge zu gelangen.

Für das Dehnen wählen Sie eine der beiden Varianten, die wir Ihnen in der Praxis gezeigt haben:

Variante Nr. 1

1. Daumen der linken Hand liegt auf dem zahnlosen Unterkiefer. Achten Sie darauf, dass die Unterlippe nicht eingeklemmt ist, weil es ansonsten wehtut.
2. Der Zeigefinger der rechten Hand geht unter die Zunge, vom Mundwinkel aus möglichst parallel zum Gesicht um die Zunge flächig zu erfassen und nicht punktuell diagonal nach rechts oder links zu schieben.
3. Wenn Sie die Zunge gut erfasst haben drücken Sie den Unterkiefer nach unten und zeitgleich die Zunge in einer Viertelkreisbewegung nach hinten.

Variante Nr. 2

1. Stabilisieren Sie mit den Daumen an den Schläfen das Köpfchen ihres Babys
2. Beide Zeigefinger gehen wie bei der ersten Variante an die Mundwinkel, zwischen den zahnlosen Ober- und Unterkiefer, sie kitzeln sachte die Zunge bis sie sich etwas hebt.

3. Nutzen sie diese Zeit, wenn die Zunge etwas angehoben ist, um beide Zeigefinger oberhalb der Raute zu platzieren. GANZ WICHTIG: Zeigefinger berühren sich, damit die Zunge samt spitze nach hinten gedrückt wird.
4. Die Mittelfinger drücken das Kinn nach unten, so dass der Mund sich nicht schließt und Sie drücken mit den Zeigefingern die Zunge in einer Viertelkreisbewegung nach hinten.