

Frostbeulen - nicht nur im Winter

Frostbeulen (Pernio oder Perniones) sind teigige, bläulich-lila aussehende Schwellungen unter der Haut, die gelegentlich jucken, brennen und schmerzen können.

Sie entsteht durch länger dauernde oder wiederholte Kälteeinwirkung meist an den weniger durchbluteten Körperstellen (Fingern, Zehen, Ohren und Nasen).

Zentralkann es zu Blutungen, Blasen, Untergang von Gewebe und Geschwüren kommen.

Mögliche Ursachen Ursächlich ist wahrscheinlich der physiologische Gefäßverschluss der Arterien bei Kälte.

Wenn der Kältereiz zu lang wirkt, sind die Akren lange von der Sauerstoffzufuhr, Nährstoffzufuhr und Wärmezufuhr abgeschnitten. So können sich sogar Eiskristalle in der Haut bilden, die das Gewebe schädigen.

Paradoxe Weise kommen sie gerne in den Herbstzeiten auf, also nicht unbedingt im tiefsten Winter. Die

Vorbeugung ist einfach: Warme Kleidung und - ganz wichtig - grundsätzlich keinen Alkohol.

Die Kälte wird dann kaum noch bemerkt. Denn Warnhinweise wie Kribbeln an Zehen, Fingern oder Nase werden ignoriert. Dann entstehen durch Kälte hervorgerufene, lokale Gewebeschäden.

Sie haben nichts mit einer Unterkühlung zu tun: Darunter versteht man ein Absinken der Körpertemperatur unter 35 Grad Celsius. Dies ist ein lebensbedrohlicher Zustand, der jeden Winter vor allem viele Obdachlose ereilt.

Bei Erfrierungen unterscheidet man ähnlich wie bei Verbrennungen verschiedene Schweregrade.

Als Grad I werden leichte Erfrierungen bezeichnet.

Die Haut sieht bläulich-weiß marmoriert aus. Wird sie jetzt wieder erwärmt, kommt es zur völligen Ausheilung.

Bei Grad II ist die Haut tiefrot bis violett und fühlt sich sehr kalt an.

Hier können ebenso wie in den schwereren Stadien bleibende Schäden zurückbleiben.

Suchen Sie in solch einem Fall schnellstmöglich einen Arzt auf oder rufen Sie den Notarzt,

denn es könnte sein, dass die Tetanusprophylaxe aufgefrischt werden muss.

Erwärmen Sie die betroffenen Stellen - meist Wangen, Nase, Finger oder Zehen - indem Sie sie mit einem warmen Kleidungsstück abdecken.

Versuchen Sie, eine Umgebungstemperatur von 25 bis 30 Grad Celsius zu erreichen.

Es empfiehlt sich auch ein Vollbad, das mit lauwarmem Wasser begonnen wird.

Die Temperatur darf nur langsam gesteigert werden, um Gewebeschäden zu vermeiden.

Anschließend sind warme Umschläge mit einem Pappelblütenaufguss oder alkoholischer Kamillenlösung empfehlenswert.

Cremes mit dem Wirkstoff Perubalsam fördern das Abheilen von Frostbeulen.