

Was tun bei unschönen Narben?

Moderne Narbenbehandlung - Injizieren, Vereisen, Lasern

Ob nach einer Operation, einer Verletzung, einem Unfall oder einer Verbrennung - manchmal verheilen Wunden nicht so, wie man es gern hätte. Stattdessen bleiben auffällige und störende Narben zurück, deren Anblick unangenehme Erinnerungen hervorruft. Für manche werden Narben zu einer regelrechten Belastung, sie fühlen sich gehemmt und nicht mehr attraktiv. Heute können fast alle Narben mit zahlreichen Methoden gut behandelt und so weit verbessert werden, dass sie weniger auffällig wirken. Beschwerden wie Juckreiz, Schmerzen, Spannungsgefühl und Bewegungseinschränkungen können reduziert werden. Auch rein kosmetisch störende Narben können abgeflacht oder abgeblasst werden.

Narbenarten

Im Idealfall sind Narben flach, blass und weich. Aber nicht immer heilen Verletzungen der Haut ideal aus: Vor allem bei großflächigen Wunden oder weit auseinanderklaffenden Wundrändern besteht die Gefahr, dass nach der Wundheilung störende Narben zurückbleiben. Dabei kann es passieren, dass das Narbengewebe einsinkt (atrophe Narben) und schüsselförmige Dellen, z.B. Akne-Narben, oder scharfkantig eingezogenen Löcher, die sog. Ice-pick-Narben, hinterlässt.



atrophe Narben: Akne-Narben

Besonders auffällig sind hypertrophe Narben und Keloide, bei denen das überschießende Gewebe über die Grenzen der eigentlichen Wunde hinauswächst und noch jahrelang weiterwuchert.



hypertrophe Narben: Tätowierung / Verbrennung dritten Grades

Was tun bei unschönen Narben?

Moderne Narbenbehandlung - Injizieren, Vereisen, Lasern



Keloid: wulstiger, geröteter Tumor am Ohrläppchen / nach ausgeprägter Akne

Ein erhöhtes Risiko für überschießende Narben haben vor allem Patienten, die entweder selbst schon einmal eine solche Narbe hatten oder bei denen diese in der Familie häufiger auftreten. Besonders oft entwickeln sich solche Narben in Körperregionen mit erhöhter Hautspannung, z.B. im Bereich der Brust.



Keloid: Ergebnis nach 3-maliger Kombinationsbehandlung mit Vereisung und Kortison-Injektion, gefolgt 4 Farbstofflaser-Behandlungen

Moderne Narbenbehandlung

Je nach Art, Größe und Lage der Narbe wendet der Hautarzt verschiedene Verfahren an, die sich häufig auch kombinieren lassen: Neben Medikamenten, Kompressionsverbänden, Silikongelen und chirurgischen Techniken, erzielen Ärzte seit kurzem mit Lasern verschiedener Wellenlängen sehr gute Ergebnisse.

Was tun bei unschönen Narben?

Moderne Narbenbehandlung - Injizieren, Vereisen, Lasern

Lasertherapie

Frische Operationsnarben (beispielsweise nach Brust-Operationen) sind anfänglich gerötet und häufig noch leicht erhaben. Hier lässt sich die Rötung mit einem Farbstofflaser (Vbeam von Candela) gut verbessern. Die Behandlung kann ohne lokale Betäubung erfolgen und wird in der Regel gut vertragen. Damit die Narbe vollständig abblasst, sind mehrere Sitzungen im Abstand von 4 bis 6 Wochen nötig. Diese Art von Behandlung ist auch für ältere, juckende und gerötete hypertrophe Narben und Keloide geeignet. Allerdings sollte die Behandlung hier mit der unten beschriebenen Vereisung und Kortison-Injektion kombiniert werden, um gute Ergebnisse zu erreichen.

Bei älteren hypertrophen (Verbrennungs-)Narben, die häufig großflächig und erhaben sind, kommen zunehmend fraktionierte CO₂-Laser oder Erbium: YAG-Laser zum Einsatz. Insbesondere der ultragepulste CO₂-Laser gilt seit einiger Zeit als vielversprechender Ansatz bei der Behandlung. Aktuelle Studien zeigen, dass sich die Hautspannung und die Narbenqualität deutlich verbessern. Dafür verantwortlich ist die hohe gebündelte Energie des Laser, die im Gewebe einen Kollagenumbau bewirkt. Diese komplizierten Prozesse benötigen etwas Zeit, daher sind die endgültigen Ergebnisse erst nach ein paar Monaten zu sehen. Für ein gutes Ergebnis sind häufig mehrere Behandlungen notwendig. Im Anschluss an jede Sitzung verheilt die Haut meist unproblematisch innerhalb von 7 bis 10 Tagen. Wie nach allen Laserbehandlungen sollten die frisch behandelten Stellen die ersten Monate gut vor Sonne geschützt werden.



Verbrennungsnarbe dritten Grades: Ergebnis nach 2 Behandlungen mit fraktionalem Er: YAG-Laser

Kortison-Injektion

Bei hellroten, wuchernden Narben (Keloiden), die über den eigentlichen Wundbereich hinaus wachsen und jucken, sind heutzutage Kortison-Injektionen erfolgreich. In vielen Fällen wird diese medikamentöse Behandlung zusätzlich mit einer Vereisung kombiniert. Dadurch nimmt möglicherweise vorhandener Juckreiz ab und die Narbe wird flacher.



Was tun bei unschönen Narben?

Moderne Narbenbehandlung - Injizieren, Vereisen, Lasern

Vereisung

Eine andere Möglichkeit überschüssiges Narbengewebe zu behandeln, ist die Vereisung. Dabei verwendet der Arzt flüssigen Stickstoff, den er entweder aufsprüht oder mithilfe einer Sonde in die Narbe einbringt, um durch den Kältereiz das Gewebe zu zerstören. Diese Behandlung muss im Abstand von jeweils vier bis sechs Wochen wiederholt werden.



Kompressionstherapie

Vor allem bei großflächigen Narben, z.B. nach Brandwunden, kann auch eine Kompressionstherapie zum Einsatz kommen, bei der Narben durch den Druck von außen abgeflacht werden sollen. Dabei müssen die Patienten maßgeschneiderte Kompressionsstrümpfe oder Druckverbände für mindestens zwölf bis 18 Stunden pro Tag anlegen.

Chirurgische Narbenkorrektur

Gelingt mit diesen Methoden keine Besserung, dann besteht die Möglichkeit, die Narbe im Rahmen einer Operation zu verkleinern oder die Spannung der Haut zu reduzieren. Kleinere Narben können auch ganz herausgeschnitten werden. Bei Narben mit überschüssigem Gewebe sollte ein Eingriff frühestens nach einem Jahr erfolgen. Hier ist also Geduld gefragt und eine vollständige Abheilung abzuwarten, bevor der Arzt eine Narbenkorrektur vornehmen kann.

Bei Keloiden, besteht allerdings die Gefahr, dass das Narbengewebe erneut wuchert, sodass eine Operation hier nur bedingt und in Kombination mit anderen Verfahren sinnvoll ist.

Vorbeugen ist besser als Heilen

Am besten ist es, wenn es gar nicht erst zu störenden, überschüssigen Narben kommt. Denn eine Narbe kann später zwar noch verkleinert und normalisiert, aber nie restlos entfernt und unsichtbar gemacht werden. Daher muss der Arzt von Anfang an darauf achten, dass eine Wunde möglichst spannungsfrei verheilt. „Entscheidend für eine gute Narbenbildung ist nach der Verletzung bzw. dem operativen Eingriff eine gute chirurgische Versorgung sowie ein gutes Wundmanagement. Dies reduziert zunächst einmal die Bildung von unschönem Narbengewebe.“, erklärte PD Dr. med. Gerd Gauglitz, Mitglied der Deutschen Dermatologischen Lasergesellschaft.

Außerdem kann der Patient selbst viel dazu beitragen, dass unschöne Narben gar nicht erst entstehen. Eine frische Narbe





Was tun bei unschönen Narben?

Moderne Narbenbehandlung - Injizieren, Vereisen, Lasern

sollte auf gar keinen Fall gezogen, gedrückt oder gedehnt werden. „Daher sollte man nach einer Operation dafür sorgen, dass die Narbe keiner Spannung ausgesetzt ist. Das bedeutet beispielsweise, für mindestens zwei bis drei Wochen keinen Sport zu treiben. In Bereichen mit erhöhtem Risiko für eine überschießende Narbenbildung, zum Beispiel am Dekolleté oder zwischen den Schulterblättern, sollte die Spannungsbelastung durch Sport oder andere Aktivitäten noch länger unterbleiben.“, so PD Dr. Gauglitz, Oberarzt an der Klinik für Dermatologie und Allergologie der Ludwig-Maximilians-Universität München.

Zusätzlich können Narbensalben und -gele mit Zwiebelextrakt, Silikongele oder Silikonauflagen angewendet werden. Das Einmassieren von Silikonpräparaten kann die Dicke von Narben verringern und Verklebungen lösen. Wichtig ist außerdem, die Narbe möglichst nicht direkter Sonneneinstrahlung auszusetzen, da diese das Narbenwachstum anregen kann.

PRESSEKONTAKT

Juliane Thoß

Stromstraße 4

10555 Berlin

Tel.: +49 (30) 740 744 745

E-Mail: presse@ddl.de

Internet: www.ddl.de

Fotorechte@DDL. Abdruck honorarfrei.