

Wolf

Synonyme:

Intertrigo, intertriginöses Ekzem, Wundsein, Hautwolf oder Wolf

Definition:

Der Wolf ist eine hochrote, nässende Hautläsion, die durch eine Mazeration der Haut z.B. bei Harninkontinenz oder starkem Schwitzen und durch Reibung entsteht und dementsprechend hauptsächlich in Hautfalten vorkommt. Oft entsteht eine Intertrigo bei übergewichtigen Personen, da hier öfter Haut auf Haut zu liegen kommt.

Prädilektionsstellen sind dabei die Leistengegend, die Analfalte, die Haut unter den Brüsten und der Damm bzw. die innenliegende Haut der Oberschenkel. Mit der Mazeration der Haut verliert diese ihre Barriere- und Schutzfunktion, so dass Bakterien und Pilze sich vermehren können und eine sekundäre Entzündung verursachen können.

Symptome:

Die Hautschädigung verursacht meist ein brennendes oder juckendes Missempfinden bis hin zu starken Schmerzen an den betroffenen Stellen. Es kann zur Sekretion von wässriger Wundflüssigkeit kommen. Eine sekundäre bakterielle oder Pilzinfektion ist mit den allgemeinen Entzündungszeichen (Rötung, Überwärmung, Schmerz und Schwellung) nur sehr schwer beim Wolf abzugrenzen.

Therapie:

Die beste Therapie besteht in der Prophylaxe:

- Vermeidet Reibung im Schritt durch tragen von ausreichend langer Sport-/Funktionsunterwäsche, oder durch prophylaktisches Eincremen mit Vaseline oder anderen fettenden Cremes und Salben.
- Haltet die entsprechenden Hautareale trocken, indem ihr z.B. mit einem Handtuch oder sonstigen trockenen Tüchern die Stellen abtupft und feuchte Unterwäsche wechselt. Die Verwendung von Puder empfiehlt sich nicht, da es schnell zur Bildung von Klumpen kommt, die die ohnehin schon gereizte Haut zusätzlich beanspruchen.

Wolf

Wenn es zum Wolf gekommen ist, man wahnsinnige Schmerzen hat und dennoch weitermarschieren will:

Ich empfehle hierzu das Eincremen mit „Faktu akut“ - Hämorrhoidensalbe, weil es u.a. Lidocain enthält und somit lokalanästhesierend wirkt (freiverkäuflich, kostet ca. 10EURO). Besser noch schmerzlindernd ist die „Faktu“ - Hämorrhoidensalbe mit dem Wirkstoff Cinchocain. Diese ist jedoch nur mit Rezept zu kaufen.

Nach einigen Tagen sollte ein Wolf bei entsprechender Marschpause verheilt sein. Sollte dies nicht der Fall sein, kann eine sekundäre Infektion mit Bakterien oder Pilzen vorliegen und man sollte einen Arzt aufsuchen.

Freundeskreis der Deutschen Nimwegendelegation der Bundeswehr e.V.