



## Narbenmassage

Eine **Narbenmassage** sollte bei fast allen Narben durchgeführt werden, da Narbengewebe ein **unelastisches Gewebe** ist.

Großflächige Narben und Narben mit Gelenkbeteiligung können **schmerzhafte Bewegungseinschränkungen** verursachen.

Eine Narbenmassage ist bei bis zu einem Jahr alten Narben effektiv.

Die Behandlung **beschleunigt die Heilung** und macht das Narbengewebe **elastisch und dehnbar**. Sie ist täglich durchführbar.

### Ab wann darf eine Narbenmassage durchgeführt werden?

- nach **vollständiger Wundheilung**, d.h. Fäden sind entfernt, Wundschorf ist abgefallen (**ca. nach 14-21 Tagen**)
- Die Wunde darf **keines** der fünf Entzündungszeichen aufweisen:  
**Rötung, Erwärmung, Schmerz, Schwellung, Funktionseinschränkung**

### Durchführung

• Achten Sie während der Narbenmassage darauf, dass ihr Hund **nicht gekniffen** wird und durch lange Fingernägel **keine Schmerzen** zugefügt bekommt.

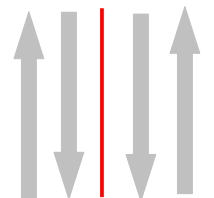
• Nehmen Sie **einen Tropfen Öl oder Salbe**, z. B. Babyöl, Olivenöl, Narbensalbe oder Wundsalbe und tragen dies auf die Narbe auf.

#### 1. Klopfen:

**Klopfen** Sie leicht mit den Fingerkuppen auf die Narbe.

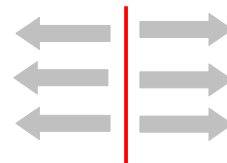
#### 2. Längszug:

Positionieren Sie ihre Daumen so, dass die **Narbe zwischen beiden Daumen** liegt. Mit leichtem Druck führen Sie die Daumen **in Längsrichtung** der Narbe, halten den Zug einige Sekunden und **wiederholen den Längszug 3-4 mal**.



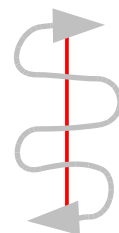
#### 3. Querzug:

Mit leichtem Druck führen Sie die Daumen **quer zur Narbe**, halten den Zug einige Sekunden und **wiederholen den Querzug 3-4 mal**.



#### 4. Diagonalszug:

Weiterhin kann eine **Narbe diagonal gegeneinander** und vorsichtig **auseinander gezogen** werden. Dazu schiebt der Daumen der linken Hand das Narbengewebe nach rechts und gleichzeitig der rechte Daumen das Gewebe in gegenläufiger Bewegung nach links, so dass eine Art Welle entsteht. **3-4 Wiederholungen**



#### 5. Zigarette rollen:

Nehmen Sie das Narbengewebe mit beiden Händen zwischen Daumen und Zeigefinger und **heben es leicht ab und rollen das Gewebe wie eine Zigarette zwischen den Fingern**. **3-4 Wiederholungen**