

Selfcheck

Basiswissen Theorie

Fußpflege

Die Bundesinnung der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseure (BI FKM) übernimmt keinerlei Gewähr für die Aktualität, Korrektheit, Vollständigkeit oder Qualität der bereitgestellten Informationen.

Haftungsansprüche gegen die Bundesinnung der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseure, die sich auf Schäden materieller oder ideeller Art beziehen, welche durch die Nutzung oder Nichtnutzung der dargebotenen Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind grundsätzlich ausgeschlossen, sofern seitens der Bundesinnung der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseure kein nachweislich vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verschulden vorliegt. Die Bundesinnung der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseure behält es sich ausdrücklich vor, Teile der Seiten oder das gesamte Angebot ohne gesonderte Ankündigung zu verändern, zu ergänzen, zu löschen oder die Veröffentlichung zeitweise oder endgültig einzustellen.

1. Anatomie

1. Was bedeutet anterior?

vorne

2. Was bedeutet posterior?

hinten

3. Was bedeutet dexter?

rechts

4. Was bedeutet sinister?

links

5. Was bedeutet ventral?

bauchwärts / vorne

6. Was bedeutet dorsal?

rückenwärts / hinten

7. Was bedeutet cranial?

schädelwärts / oben

8. Was bedeutet caudal?

steißwärts / schwanzwärts / unten

9. Was bedeutet superior?

oben

10. Was bedeutet inferior?

unten

11. Was bedeutet an den Extremitäten proximal und distal?

- proximal: körernahe
- distal: körperfern

12. Was bedeutet medial und lateral?

- medial: zur Mitte hin gelegen / mittig
- lateral: zur Seite hin gelegen / seitlich

13. Was bedeutet der Begriff Anatomie?

Lehre vom gesunden Körper/Organismus

14. Womit beschäftigt sich der Pathologe?

mit der Entstehung von Krankheiten

15. Womit beschäftigt sich der Dermatologe?

mit der Behandlung von Hautkrankheiten

16. Womit beschäftigt sich der Kardiologe?

mit der Behandlung von Herz-/Kreislauferkrankungen

17. Womit beschäftigt sich der Onkologe?

mit der Behandlung von Krebserkrankungen

18. Womit beschäftigt sich der Pumologe?

mit der Behandlung von Lungenerkrankungen.

19. Was versteht man unter dem passiven Bewegungsapparat?

die Knochen, Knorpel, Gelenke und Bänder

20. Beschreiben Sie den Aufbau der Wirbelsäule!

- 33 bis 34 Wirbel und Zwischenwirbelscheiben (Bandscheiben)
- 7 Halswirbel
- 12 Brustwirbel
- 5 Lendenwirbel
- Kreuzbein (5 zusammengewachsene Wirbel)
- Steißbein (4 bis 5 verkümmerte Steißwirbel)

21. Welche Bewegungsabläufe sind in der Wirbelsäule möglich (Deutsch und Latein)?

- Flexion: Beugung
- Extension: Streckung
- Lateralflexion: Seitbeugung
- Rotation: Drehung

22. Nennen Sie die drei markanten Halswirbel (Deutsch und Latein) und deren Besonderheiten (Deutsch und Latein)!

- 1. Halswirbel: Atlas (hat keinen Wirbelkörper/Corpus vertebrae)
- 2. Halswirbel: Axis (hat einen Zahn/Dens axis)
- 7. Halswirbel: Prominens (hat einen kräftigen, tast- und sichtbaren Dornfortsatz/Processus spinosus)

23. Wie ist ein Wirbel aufgebaut?

- Wirbelkörper
- Wirbelbogen
- Wirbelloch bildet den Wirbelkanal
- Dornfortsatz
- Querfortsätze
- Zwischenwirbelloch mit Austritt der Spinalnerven
- Gelenksfortsätze mit den Gelenksflächen der Facettengelenke

24. Welche anatomischen Krümmungen gibt es im Bereich der Wirbelsäule? In welchem Bereich der Wirbelsäule befinden sich diese Krümmungen?

- Lordose im HWS und LWS-Bereich
- Kyphose im BWS und im Bereich des Os sacrum und Os coccygis

25. Nennen Sie mindestens fünf Merkmale, die für eine Skoliose sprechen!

- Schulterschiefstand
- Beckenschiefstand
- Beinlängendifferenz
- unterschiedliches Tailendreieck
- Dornfortsatzreihe mit seitlichen Ausbuchtungen
- Rippenbuckel
- Lendenwulst

26. Beschreiben Sie den Aufbau einer Bandscheibe!

- Gallerkern
- Faserring

27. Welche Knochenformen gibt es? Nennen Sie jeweils ein Beispiel!

- lange Knochen (Oberarmknochen, Elle, Speiche)
- platte Knochen (Schulterblatt, Brustbein, Rippen, Hüftbein)
- kurze Knochen (Hand- und Fußwurzelknochen)
- unregelmäßig geformte Knochen (Wirbel, Unterkiefer)
- luftgefüllte Knochen (Gesichtsschädel mit den Nasennebenhöhlen)
- Sesambeine (Kniescheibe)

28. Wie heißen die drei Zellen des Knochengewebes?

- Osteocyten
- Osteoblasten
- Osteoklasten

29. Welche Aufgaben haben die Knochen?

- passive Bewegungsapparat
- Stützfunktion
- Schutz der Organe
- Formgebung
- Ansatzstelle für Muskeln und Sehnen
- Blutbildung
- Mineralstoffspeicher (vor allem Calcium)

30. Welche Funktion hat das rote Knochenmark?

Bildung aller Blutzellen

31. Welche unechten Gelenkverbindungen (Synarthrosen) gibt es? Nennen Sie jeweils ein dazugehöriges Beispiel!

- Bandhaft (Membrana interossea Ulna + Radius und zwischen Tibia und Fibula)
- Knorpelhaft (Wachstumsfuge vor der Pubertät, zwischen Rippe und Sternum)
- Knochenhaft (Wachstumsfuge nach der Pubertät, Os sacrum)

32. Nennen Sie die verschiedenen echten Gelenkverbindungen (Diarthrosen) mit je einem Beispiel!

- Scharniergelenk (Ellenbogen-, Finger- oder Zehengelenk)
- Kugelgelenk (Schulter- oder Hüftgelenk)
- Sattelgelenk (Daumenwurzelgelenk)
- Eigelenk (Handgelenk und zwischen Atlas und Os occipitale)
- Rad- oder Zapfengelenk (zwischen Ulna und Radius)
- planes Gelenk (zwischen Hand- und Fußwurzelknochen)

33. Welche Aufgaben haben die Bandscheiben?

- Stoßdämpfer
- Druckausgleich
- Stabilisatoren für die Wirbelsäule

34. Welche Knochen gehören zum Beckengürtel ? (Deutsch und Latein)

- Os coxae (Hüftbein) bestehend aus Os ilium, Os ischii, Os pubis
- Os sacrum und Os coccygis (Kreuz- und Steißbein)

35. Welche Knochen bilden das obere Sprunggelenk? (Deutsch und Latein)

- Tibia (Schienbein)
- Fibula (Wadenbein)
- Talus (Sprungbein)

36. Welche Knochen bilden das untere Sprunggelenk? (Deutsch und Latein)

- Sprungbein (Talus)
- Fersenbein (Calcaneus)
- Kahnbein (Os naviculare)

**37. Wie werden die Fußknochen eingeteilt und wie heißen sie?
(Deutsch und Latein)**

Fußwurzel (Tarsus)

- Talus (Sprungbein)
- Calcaneus (Fersenbein)
- Os naviculare (Kahnbein)
- Os cuboideum (Würfelbein)
- 3 Ossa cuneiformia (Os cuneiforme mediale, laterale, intermedium): äußeres, mittleres, inneres Keilbein

Mittelfuß (Metatarsus)

- 5 Ossa metatarsi (Mittelfußknochen)

Zehen (Digitus/digit)

- Zehenknochen (Phalanx proximalis, medialis, distalis): Grund-, Mittel- und Endglied
- große Zehe (Hallux)
- kleine Zehe (Digitus minimus)
- 2 Sesambeine (Os sesamoideum)

38. Wie ist ein Gelenk aufgebaut?

- mind. 2 Knochen mit den Gelenkflächen (werden von hyalinem Gelenkknorpel überzogen)
- Gelenkspalt/Gelenkhöhle
- Gelenkkapsel
- Gelenkflüssigkeit (Synovia)

39. Was ist eine Sehnenscheide und welche Funktion hat sie?

Wenn Sehnen in unmittelbarer Knochennähe verlaufen, werden sie von Sehnenscheiden umhüllt, um mithilfe geringster Flüssigkeitsmengen die Reibung bei Bewegungen zu vermindern.

40. Wie nennt man die Gelenksenden des Knochens?

Epiphysen

41. Was versteht man unter dem Begriff Kallus?

Ersatzknochenbildung nach Frakturen (Knochenbrüche)

42. Was bedeutet Osteomyelitis?

Knochenmarksentzündung

43. Definieren Sie den Begriff Osteoporose:

- quantitative Verminderung des Knochengewebes bei erhaltener Knochenstruktur durch gesteigerten Knochenabbau
- erhöhte Frakturgefahr

44. Wie wird das Gehirn eingeteilt?

- Großhirn
- Zwischenhirn
- Hirnstamm
- Kleinhirn

45. Wie nennt man die drei Teile des menschlichen Nervensystems?

- zentrales Nervensystem (ZNS)
- peripheres Nervensystem (PNS)
- autonomes oder vegetatives Nervensystem (VNS)

46. Woraus besteht das Zentralnervensystem des Menschen?

- Gehirn
- Rückenmark

47. Beschreiben Sie Lage und Aufbau des Rückenmarks!

Lage: im Wirbelkanal der Wirbelsäule
Fortsetzung des Hirnstamms ab dem Foramen magnum
reicht bis Höhe L1/L2
weiße Substanz: außen, Axone
graue Substanz: innen, schmetterlingsförmig, Nervenzellkörper

48. Beschreiben Sie die Teile einer Nervenzelle!

Zellkörper, Zellkern, Dendrit, Axon, Synapse

49. Was versteht man unter einer Synapse?

Kontaktstelle zwischen zwei Neuronen oder einem Erfolgsorgan.

50. Welche Möglichkeiten besitzt der menschliche Körper um Botschaften in seinem Inneren zu übermitteln?

Es gibt zwei Wege, um Botschaften im Körperinneren zu übermitteln:

- der langsame Weg: Hormone über den Blutweg
- der schnelle Weg: über das Nervensystem

51. Nennen Sie die knöchernen Strukturen des oberen Sprunggelenkes! (Deutsch und Latein)

- Malleolus lateralis und medialis / Malleolengabel (Tibia, Fibula)
- Talus / Sprungbein

52. Nennen Sie die knöchernen Strukturen des unteren Sprunggelenkes! (Deutsch und Latein)

- Talus / Sprungbein
- Calcaneus / Fersenbein
- Os naviculare / Kahnbein

53. Welche Bänder sichern das obere Sprunggelenk?

- Medial: Lig. Deltoideum. Zwischen Malleolus medialis und den Fußwurzelknochen
- Lateral: Lig. collaterale laterale. Zwischen Malleolus lateralis und den Fußwurzelknochen

54. Nennen Sie zwei Bänder, die die Stabilität des Fußgewölbes gewährleisten!

- Ligamentum plantare longum
- Ligamentum calcaneonaviculare plantare (Pfannenband)

55. Nennen und beschreiben Sie die zwei typischen Amputationslinien am Fuß!

- Lisfranc: zwischen Ossa metatarsalia + Fußwurzelknochen
- Chopart: zwischen Calcaneus/Talus + Os cuboideum/Os naviculare

56. Nennen Sie die drei knöchernen Stützpunkte der Fußwölbung!

- Calcaneus
- Distales Ende Os metatarsale I
- Distales Ende Os metatarsale V

57. Benennen Sie die Knochen der inneren und der äußeren Reihe des Fußgewölbes!

- Innen: Talus, Os naviculare, Ossa cuneiformia, Ossa metatarsale I, Digitum I
- Außen: Calcaneus, Os cuboideum, Ossa metatarsale V, Digitum V

58. Was gehört zu den Atemwegen?

- Nase und Nasennebenhöhlen
- Mundhöhle
- Rachen
- Kehlkopf
- Bronchien
- Bronchiolen
- Alveolen
- Lunge

59. Worin besteht der Unterschied zwischen rechtem und linkem Lungenflügel?

- rechter Lungenflügel besitzt 3 Lungenlappen (Ober-, Mittel- und Unterlappen)
- linker Lungenflügel besitzt 2 Lungenlappen (Ober- und Unterlappen)

60. Nennen Sie die drei Anteile des Dünndarms (Deutsch und Latein)!

- Duodenum (Zwölffingerdarm)
- Jejunum (Leerdarm)
- Ileum (Krummdarm)

61. Worin besteht der Unterschied zwischen Dick- und Dünndarm?

- Verdauung erfolgt im Dünndarm
- Dünndarm besitzt mehr Falten und Zotten
- Dickdarm besitzt mehr Bakterien
- Dünndarm glattwandig von außen
- Dickdarm besitzt Ausbuchtungen (Haustren)
- Dickdarm ist teilweise befestigt an der Bauchwand

62. Welche Funktionen hat die Bauchspeicheldrüse?

- endokrine Funktion: Hormonproduktion (Insulin - Blutzuckersenkung, Glukagon - Blutzuckererhöhung)
- exokrine Funktion: Pancreassaaft zerlegt Eiweiße, Fette und Kohlenhydrate

63. Nennen Sie die beiden wichtigsten Hormone des Pankreas und deren Funktionen!

- Insulin senkt den Blutzuckerspiegel
- Glukagon erhöht den Blutzuckerspiegel

64. Erklären Sie die Funktionen des Dickdarmes!

- Stuhleindickung
- Wasser und Salze werden rückresorbiert
- Schleimbildung
- Peristaltik mit Stuhltransport

65. Welche Anteile gehören zum Harnsystem?

- Niere
- Nierenkelche und Nierenbecken
- Harnleiter
- Harnblase
- Harnröhre

66. Welche Neurotransmitter produziert das Nebennierenmark?

- Adrenalin
- Noradrenalin

2. Somatologie

1. Nennen Sie mindestens vier Unterscheidungsmerkmale zwischen Arterien und Venen!

- Venen ziehen zum Herzen hin
- Arterien ziehen vom Herzen weg
- Venen besitzen Venenklappen
- Arterien haben einen Pulsschlag
- Tonus und Blutflussgeschwindigkeit ist in Arterien höher, als in Venen
- die Muskelschicht ist in Arterien dicker, als in Venen

2. Was versteht man unter dem Begriff Varice?

Krampfadern

3. Beschreiben Sie vier Varicenlokalisationen im menschlichen Körper!

- in den Beinen
- im Bereich des Bauchnabels
- am Hoden
- in der Scheide
- in der Speiseröhre
- im After

4. Definition des Begriffes Thrombose:

Blutgerinnsel (Blutpropf), das ein Gefäß teilweise oder vollständig verschließen kann.

5. Nennen Sie fünf Risikofaktoren für eine Thromboseentstehung!

- Rauchen
- Verhütungsmittel (Pille/Hormone)
- Schwangerschaft
- Gipsverband
- immobiler Patient
- lange Flugreisen (Economy class syndrom)
- Krebserkrankungen
- Varicen
- Alter über 40

6. Beschreiben Sie eine Thrombophlebitis!

- oberflächliche Venenentzündung
- Zeichen einer akuten Entzündung (Rubor, Calor, Dolor, Tumor, Functio laesa)

7. Beschreiben Sie eine Phlebothrombose an der unteren Extremität!

- tiefe Beinvenenthrombose
- Schmerzen im Bereich der unteren Extremität
- Besserung der Schmerzen, wenn das Bein horizontal gelagert wird
- Schwellung des Beines mit Glanzhaut
- Rötung bzw. Blauverfärbung des Beines
- Bein ist von der Temperatur her warm
- „Warnvenen“ weil sich das Blut in die oberflächlichen Venen wühlt
- Schmerzen beim Husten
- Schmerzen bei der Dorsal- und Plantarflexion

8. Nennen Sie fünf unterschiedliche Embolieformen!

- Thromboembolie
- Fettembolie
- Gasembolie
- Fremdkörperembolie
- Luftembolie
- Bakterienembolie
- Cholesterinkristallembolie

9. Definition des Begriffes Arteriosklerose!

Arterienverhärtung, aufgrund von Wandverdickungen/Wandverhärtungen und dadurch bedingten Elastizitätsverlust-

10. Nennen Sie fünf Risikofaktoren für die Arteriosklerose!

- Bluthochdruck
- Diabetes mellitus
- hohe Cholesterinwerte
- Rauchen
- Stress
- familiäre Vererbung

11. Definieren Sie den Begriff Aneurysma! Welche Folgen bzw. Komplikationen gibt es?

- Aneurysma: ausgebuchtete, geschädigte Arterie
- Folgen: Ruptur (Riss), Thrombose und Embolie

12. Nennen Sie drei Vasokonstriktoren (Gefäßverengung)!

- Kälte
- Rauchen
- Stresshormone (Adrenalin)
- Sympathikus

14. Nennen Sie drei Vasodilatatoren (Gefäßerweiterung)!

- Wärme
- Alkohol
- Parasympathikus

15. Wie gelangen Stoffe vom Blut ins Gewebe?

Stoffe diffundieren durch die Kapillarwand

16. Aus welchen Anteilen besteht das lymphatische System?

- Lymphgefäß
- Lymphatische Organe (Lymphknoten, Milz, Thymus, Knochenmark, lymphatischer Rachenring, Wurmfortsatz, Darmlymphknoten - Peyer'sche Plaques, Tonsillen, Achsellymphknoten und Leistenlymphknoten)

17. Welche Stoffe werden in das Lymphsystem abtransportiert?

- Stoffe aus dem Zwischenzellraum, die nicht durch das Endothel der Vene passen, um dem Blut beigemischt zu werden (Ruß-Partikel, Staub, abgestorbene Zellen und Zellteile, Bakterien, Viren, Pilze, Krebszellen, Fett, Fremdkörper)
- überschüssiges Wasser aus dem Zwischenzellraum

18. Wo beginnt und wo endet das Lymphsystem?

- beginnt blind im Interzellularraum (Zwischenzellraum) und endet im linken und rechten Venenwinkel
Das größte Lymphgefäß (Ductus thoracicus/Milchbrustgang) des menschlichen Körpers beginnt in der Bauchhöhle bei den Verdauungorganen und endet im linken Venenwinkel.

19. Nennen Sie die Bestandteile der Lymphe?

- Wasserlast (Flüssigkeit)
- Zellast (nicht mobile Zellen)
- Fetlast (langketige Fettsäuren)
- Eiweißlast (Proteine)
- Fremdstoffe
- Mikroorganismen (Bakterien, Viren, Pilze)

20. Nennen Sie fünf Kontraindikationen der manuellen Lymphdrainage:

- unklares Ödem
- Krebserkrankungen
- akute Entzündungen und akute Infektionen
- Fieber
- Allergien
- akute Thrombose bzw. Thrombophlebitis
- kardiales Ödem bei Herzschwäche
- Nierenödem
- EPH-Schwangerschaftsgestose (Ödem, Bluthochdruck, Proteinurie)

21. Welche lymphatischen Organe gibt es?

Milz, Lymphknoten, Peyer'schen Plaques im Dünndarm, Appendix, Tonsillen, Thymus, Knochenmark

22. Nennen Sie mindestens 5 Ursachen für geschwollene Unterschenkel!

- prim. und sek. Lymphödem
- Thrombose (Phlebothrombose)
- allergisches Ödem nach Bienenstich
- geplatzte Bakercyste
- CVI (chron. venöse Insuffizienz) Grad I
- Herzschwäche
- traumatisches Ödem

23. Wo befindet sich die Grenze zwischen Brust- und Bauchraum (Deutsch/Latein)?

Zwerchfell (Diaphragma)

24. Beschreiben Sie die genaue Lage des Herzens!

- Es liegt schräg im Mittelfellraum zwischen den beiden Lungenflügeln
- hinter dem Brustbein
- vor der Brustwirbelsäule
- hinter dem Herzen befinden sich die Speiseröhre und die Hauptschlagader
- Grenze nach unten ist das Zwerchfell

25. Beschreiben Sie den groben, anatomischen Herzaufbau! (Deutsch und Latein)

- Herz ist ein muskuläres Hohlorgan
- rechter und linker Vorhof (Atrium)
- rechte und linke Herzkammer (Ventrikel) getrennt durch die Herzscheidewand (Septum)
- Herzgröße ist ca. faustgroß (300 Gramm)
- ist vom Herzbeutel umgeben

26. Beschreiben Sie die Herzfunktion!

- Herz ist der Motor für den Kreislauf
- Herz ist eine Saug- und Druckpumpe

27. Welche Blutgefäße treten aus den beiden Herzkammern aus?

- Austritt aus der rechten Herzkammer: Lungenarterie mit sauerstoffarmem Blut
- Austritt aus der linken Herzkammer: Aorta (Hauptschlagader) mit sauerstoffreichem Blut

28. Welche Aufgaben erfüllen die Herzkappen?

Regulieren die Flussrichtung des Blutes

29. Beschreiben Sie den Lungenkreislauf (kleinen Kreislauf)!

- rechte Herzkammer
- Lungenarterien mit sauerstoffarmen Blut
- Lungenkapillaren, hier erfolgt der Gasaustausch mit den Alveolen
- Lungenvenen mit sauerstoffreichem Blut münden in den linken Vorhof

30. Beschreiben Sie den Körperkreislauf (großen Kreislauf)!

- linke Herzkammer
- Aorta (Hauptschlagader) mit sauerstoffreichem Blut
- Arterien
- Arteriolen
- Kapillaren (Gas-, Nährstoff- und Hormonaustausch mit der Zelle)
- Venolen
- Venen
- obere und untere Hohlvene mit sauerstoffarmen Blut
- rechter Vorhof des Herzens

31. Was versteht man unter dem Begriff Systole?

- Anspannungsphase
- Auswurfphase
- Kontraktionsphase

32. Was versteht man unter dem Begriff Diastole?

- Entspannungsphase
- Füllungsphase

33. Wie können Sie den Blutdruck messen und wie hoch sollten die Norm-Werte sein?

- Normwert RR: 120/80 mm Hg
- Blutdruck kann man mit Blutdruckmanschette messen oder direkt in der Arterie

34. Wie nennt man die Muskelschicht des Herzens und welche Art von Muskulatur findet man dort?

Myocard: quergestreifte, unwillkürliche Herzmuskelatur

35. Was ist der Sinusknoten?

der Schrittmacher des Herzens, liegt auf dem rechten Vorhof

36. Was sind Hormone?

- Botenstoffe
- werden von endokrinen Drüsen (Hormondrüsen) gebildet
- werden direkt an die Blutbahn abgegeben

37. Wo befindet sich die Zirbeldrüse (Epiphyse) und beschreiben Sie deren Funktion:

- Sie ist Teil des Zwischenhirns und liegt oberhalb des Mittelhirns
- Hormon: Melatonin
- Funktion: Einfluss auf Wachstum, Einfluss auf die Sexualhormonproduktion, Tag-Nacht-Rhythmus

38. Welches Hormon bildet die Zirbeldrüse (Epiphyse) und welche Funktion hat das Hormon?

- Hormon: Melatonin
- Funktion: Einfluss auf Wachstum, Einfluss auf die Sexualhormonproduktion, Tag-Nacht-Rhythmus

39. Wo liegt die Schilddrüse und woran erinnert ihre Form?

- im vorderen Halsbereich
- unterhalb des Kehlkopfes
- umfasst die Trachea
- Aussehen wie ein Schmetterling

40. Welche Hormone produziert die Schilddrüse?

- T3
- T4
- Calcitonin

41. Wie heißen die beiden wichtigsten Hormone des endokrinen Pankreas und wie wirken sie?

- Insulin: senkt den Blutzuckerspiegel
- Glukagon: erhöht den Blutzuckerspiegel

42. Wie heißt das Hormon der Hoden?

Testosteron

43. Wie heißt das Hormon der Eierstöcke?

Östrogen

44. Nennen Sie die festen Bestandteile des Blutes(Deutsch/Latein):

- Erythrozyten: rote Blutkörperchen
- Leukozyten: weiße Blutkörperchen
- Thrombozyten: Blutplättchen

45. Wo werden die Zellen des Blutes gebildet?

im roten, blutbildenden Knochenmark

46. In welchen Knochen findet man viel rotes, blutbildendes Knochenmark?

- flache Knochen (Schulterblatt, Brustbein, Beckenknochen)
- kurze Knochen (Hand-, Fußwurzelknochen)
- Enden der langen Röhrenknochen
- unregelmäßige Knochen (Wirbel, Unterkiefer)

47. Welche Hauptaufgabe erfüllen die Erythrozyten im menschlichen Körper?

- Sauerstofftransport aus der Lunge ins Gewebe
- Kohlendioxidtransport aus dem Gewebe in die Lunge

48. Welche Aufgaben erfüllen die Leukozyten im menschlichen Körper?

Teil des spezifischen Immunsystems (Antikörper) und des unspezifischen Immunsystems (Fresszellen)

49. Welche Aufgabe erfüllen die Thrombozyten im menschlichen Körper?

Blutstillung bei Verletzungen

50. Was versteht man unter Blutplasma?

Das ist der flüssige Anteil des Blutes (nach dem Zentrifugieren).

51. Wie viel Blut besitzt ein erwachsener Mensch?

ca. 4-7 Liter

52. Beschreiben Sie vier Faktoren für den venösen Blutrückfluss zum Herzen:

- Venen besitzen Klappen
- Sogwirkung des rechten Herzen und des Zwerchfells
- Muskelpumpe
- arteriovenöse Koppelung

53. Nennen Sie zwei wichtige Ausscheidungsorgane des menschlichen Körpers gibt es und welche Stoffe werden in diesen Organen bevorzugt ausgeschieden?

- zB
- Niere: wasserlösliche Substanzen
 - Leber: fettlösliche Substanzen über die Galle
 - Haut: Schweiß, Talg

54. Woraus besteht die Galle?

- Wasser
- Elektrolyte
- auszuscheidende fettlösliche Substanzen (auch Medikamente)
- Bilirubin (Gallenfarbstoff)
- Gallensäuren/Gallensalze
- Cholesterin

55. Wozu dient die Gallenblase?

Reservespeicher für Galle, zusätzliche Gallenflüssigkeit wird vor allem bei fettrichen Mahlzeiten benötigt

56. Nennen Sie drei Aufgaben der Leber!

- zentrales Stoffwechselorgan
- Entgiftungsorgan
- Produktion von Galle
- Speicherorgan
- Blutgerinnung
- Kohlenhydrat-, Eiweiß- und Fettstoffwechsel

57. Beschreiben Sie die Lage der Leber im menschlichen Organismus!

Die Leber liegt intraperitoneal, im rechten Oberbauch, hinter den Rippen, unterhalb des Zwerchfells und ist im Gesunden nicht tastbar.

58. Beschreiben Sie die Lage der Milz im menschlichen Organismus!

linker Oberbauch unter der linken Zwerchfellkuppel

59. Beschreiben Sie mindestens vier Faktoren für den venösen Blutrückfluss zum Herzen!

- Venen besitzen Klappen
- Sogwirkung des rechten Herzen und des Zwerchfells
- Muskelpumpe
- arteriovenöse Koppelung (Pulsschlag der Arterie)

3. Dermatologie

1. Nennen Sie die fünf Schichten der Epidermis! (Latein und Deutsch)

- Stratum basale: Basalzellschicht
- Stratum spinosum: Stachelzellschicht
- Stratum granulosum: Körnerschicht
- Stratum lucidum: Glanzschicht
- Stratum corneum: Hornschicht

2. Nennen Sie die Aufgaben der Haut!

- Schutz vor mechanischen, physikalischen und chemischen Einflüssen
- Aufnahme von Sinneseindrücken (Temperatur, Berührung, Schmerz,etc.)
- Produktion von Vitamin D
- Temperaturregulation: Kühlung durch Schweißproduktion
- Schutz vor UV-Licht
- Schutz vor Mikroorganismen
- Speicherorgan
- Schutz vor Austrocknung
- Abgrenzungsorgan
- Stoffwechselorgan
- Mitteilungsorgan (psychische Repräsentation)

3. Welche Faktoren bestimmen die Hautfarbe eines Menschen?

- von der Haut produzierte Pigmente: MelaninEinlagerungen: Carotin, Bilirubin- Durchblutung

4. Wie heißen die beiden Schichten der Dermis und was ist ihre Aufgabe?

- Stratum papillare: lockeres Bindegewebe, Rezeptoren
- Stratum reticulare: kollagene Fasern verleihen der Haut Festigkeit, die elastischen Fasern verleihen Elastizität, Hautanhangsgebilde, Blutgefäße, Nerven, Fettgewebe,

5. Erklären Sie den Aufbau der Subcutis!

Aufbau: lockeres Bindegewebe, subcutanes Fettgewebe, Hautanhangsgebilde, Rezeptoren

6. Erklären Sie die Funktion der Subcutis!

- Verschiebeschicht gegen Muskeln und Knochen
- Fett: Energiespeicher, Wärmeschutz, Stoßdämpfende Wirkung

7. Welche Arten von Rezeptoren gibt es in der Haut, die Sinneseindrücke aufnehmen können?

- Temperaturrezeptoren (freie Nervenendigungen)
- Schmerzrezeptoren/Nozirezeptoren (freie Nervenendigungen)
- Mechanorezeptoren (Merkel-Zellen und Ruffini-Körperchen - Druck; Meissner'sche Tastkörperchen - Berührung; Vater-Pacini-Körperchen - Vibration)

8. Nennen Sie die Hautanhangsgebilde und ihre Funktion!

- Schweißdrüsen: Temperaturregulation
- Talgdrüsen: Talgproduktion Teil des Säureschutzmantels der Haut
- Duftdrüsen: Körpergeruch
- Milchdrüsen: Milchproduktion
- Fingernägel: Hilfe beim Greifen
- Haare: aus Keratin, oft Schutzfunktion, wärmen

9. Wo befindet sich am Körper die dickste Epidermis?

Fußsohlen und Handteller

10. Woraus besteht der Säureschutzmantel der Haut?

vermischt Sekret von Talg- und Schweißdrüsen und hauteigenen Bakterien

11. Was versteht man unter einer Kontaktallergie?

allergische Entzündungsreaktion (allergisches Kontaktekzem, Kontaktdermatitis) die auftritt, wenn die Haut auf direkte Berührung mit einem bestimmten Stoff überempfindlich reagiert

12. Definieren Sie den Begriff Psoriasis!

- die Schuppenflechte, ist eine gutartige, chronisch schubweise verlaufende erbliche (Auto)Immunkrankheit der Haut, Nägel, seltener auch Schleimhäute und Gelenke
- das Immunsystem richtet seine Abwehrreaktion gegen die Zellen der Haut des eigenen Körpers, aufgrund dessen diese mit einer Entzündungsreaktion und überschießender Neubildung von Hautzellen reagiert
- mögliche schubauslösende Faktoren: Infektionen, Medikamente, mechanische Reize, Jahreszeiten, psychische Faktoren
- rote , scharf begrenzte Herde mit weißen Schuppen (Ellbogen, Knie, Kreuzbein, Kopf, Gesicht)

13. Beschreiben Sie ein Basaliom!

- Basaliom (Basalzellkarzinom) ist ein semimaligner Tumor der Haut (Hautkrebs)
- Es entwickelt sich aus den basalen Zellschichten der Epidermis
- Vorkommen vor allem an lichtexponierten Stellen
- keine Metastasierung

14. Was ist ein Furunkel?

- aus einer Haarbalgentzündung (Haarfollikel-Follikulitis) ausgehender schmerzhafter und eitriger Abszess
- Entzündung wird durch Bakterien, meist durch Staphylokokken (*Staphylococcus aureus*), hervorgerufen
- Furunkel können an jeder Stelle der behaarten Haut auftreten

15. Was ist eine Gürtelrose (Herpes zoster)?

- Gürtelrose (Herpes zoster) ist eine Hauterkrankung, die durch eine frühere Infektion (meist Kindheit) mit dem Varicella-Zoster-Virus (VZV) ausgelöst wird
- bei diesem Virus handelt es sich um den Erreger der Windpocken, Feuchtblättern, Schafblättern
- Die Erreger schlummern in den Spinalganglien und können bei Immunsystemschwäche oder Stress reaktiviert werden und breiten sich dann entlang dem dazugehörigen Dermatom aus
- Symptome: Bläschen, Rötungen, Schmerzen, Juckreiz

16. Erklären Sie die Bedeutung der sogenannten ABCDE - Kriterien in der Beurteilung eines Muttermals!

- Asymmetrie - unsymmetrisch gewachsen
- Begrenzung - unregelmäßig
- Colour (Farbe) - uneinheitliche Pigmentierung
- Durchmesser - größer als 5 mm
- Erhabenheit - über Hautniveau

17. Was ist der bekannteste Hauptrisikofaktor der Entstehung eines Melanoms?

- UV-Strahlung (Sonnenbaden, Solarium)
- Sonnenbrände in der Kindheit erhöhen das Risiko signifikant

18. Nennen Sie die vier häufigsten Viruswarzen des Menschen (Latein und Deutsch)!

- Verruca vulgaris: gemeine, gewöhnliche Warze
- Verruca plantaris: Fußsohlenwarze
- Verruca plana: flache Warze
- Condyloma acuminata: Feigwarze/Genitalwarze

19. Wo können Clavi bevorzugt vorkommen?

- Zehenkuppen
- Zehenzwischenräume
- Fußsohle
- Nagelfalz und Nagelplatte

20. Wie entstehen Clavi?

am häufigsten durch chronischen Druck auf knochennahe Haut
weitere mögliche Ursachen sind: Trockenheit, chemische Reize, Genetik, als Folge einer Strahlentherapie, orthopädische Ursachen

21. Was bedeutet Clavus durus?

hartes Hühnerauge

22. Was bedeutet Clavus molle?

weiches Hühnerauge

23. Welche Clavi besitzen einen glasigen Kern?

- Clavus molle
- Clavus spina/Dornschwiele

24. Was ist ein Clavus vasculare?

Hühnerauge mit Blutgefäßen

25. An welchen Körperstellen findet man viele ekkrine Schweißdrüsen?

- Fußsohle
- Handteller

26. Was bedeutet Cicatrix?

Narbe

27. Beschreiben Sie die Cuticula des Nagels:

Nagelhäutchen wächst vom dorsalen Nagelwall auf die Nagelplatte

28. Wie nennt man Fersenrisse noch?

- Rhagaden
- Schrunden
- Fissuren

29. Was ist eine Dornschwiele?

- Clavus spina
- scharf, begrenztes Hühnerauge mit glasigem Kern und weißem Hof

30. Was versteht man unter Keratose?

Verhorngungsstörung

31. Was bedeutet Panaritium?

entzündliche Entzündung der Zehen/Finger im Nagelbereich

32. Wie kann man einen Clavus von einer Dornwarze unterscheiden?

- Clavus schmerzt auf Druck von oben
- Dornwarze schmerzt auf seitlichen Druck

33. Wie entsteht der unangenehme Geruch beim Schweißfuß?

Fäulnisbakterien zersetzen Eiweiß und Hornzellen

34. Was sind Warzen?

- gutartige, scharf begrenzte Neubildungen der Oberhaut/Epidermis
- Erreger sind HPV

35. Was bedeutet Squama?

- Schuppe
- Ansammlung von Hornzellen

36. Was bedeutet Macula?

- Fleck
- Farbveränderung der Haut durch Einlagerung oder Fehlen von Farbstoffen in der Epidermis

37. Was versteht man unter Clavi miliaris?

- Hühnerauge mit hirsekorntigen Verhornungen
- fast immer schmerzlos
- vermutet wird eine stoffwechselbedingte Fehlverhornung

4. Histologie

1. Was bedeutet der Begriff Histologie?

Gewebelehre (Zellen und Gewebe)

2. Beschreiben Sie den Aufbau einer Zelle!

- Zellmembran
- Zellplasma (Zytoplasma)
- Zellkern
- Zellorganellen

3. Welche Zellorganellen gibt es und welche Funktion haben sie?

- Mitochondrien (Energieproduzenten/Kraftwerke der Zelle)
- Ribosomen (Eiweiß/Proteinfabriken)
- Lysosomen (Fremdkörperabwehr)
- Zentriol (für die Zellteilung)
- Golgiapparat (bildet die Lysosomen, Ersatzteilager für die Zellmembran, Bildung und Speicherung sekretorischer Vesikel wie Hormone/Transmitter)
- Endoplasmatisches Reticulum:
 - a.) Glatter-ER (Calcium Einlagerung)
 - b.) Raue -ER (Membranproduktion + Proteinbiosynthese)
- Zellkern (Steuerzentrale des Zellstoffwechsels, Träger der Erbinformationen - DNA)

4. Welche Zellen besitzen keinen Zellkern? Deutsch und Latein

- rote Blutkörperchen (Erythrozyten)
- Blutplättchen (Thrombozyten)

5. Wie viele Chromosomen besitzt der Mensch?

- 46 Chromosomen/23 Chromosomenpaare
- 44 Autosomen/22 Chromosomenpaare für die Körpermerkmale
- 2 Geschlechtschromosomen/1 Chromosomenpaar (XX oder XY)

6. Was versteht man unter Mitose?

- Zellteilung
- aus einer Mutterzelle entstehen zwei identische, erbgliche Tochterzellen (2x23 Chromosomen = diploider Chromosomensatz)

7. Nennen Sie die fünf unterschiedlichen Stadien der Mitose!

- Prophase
- Metaphase
- Anaphase
- Telophase

8. Welche Funktionen hat das Epithelgewebe?

- Sinnesorgan
- Stoffaufnahme (Resorption im Verdauungstrakt)
- Stoffabgabe (Hautdrüsen)
- Schutzfunktion (UV-Licht, Bakterien...)

9. Beschreiben Sie die unterschiedlichen Epithelgewebearten und geben Sie je ein Beispiel wo sie vorkommen!

- einschichtiges Plattenepithel (Blutgefäße -> Endothel)
- einschichtiges isoprismatisches Epithel (Gallengänge)
- einschichtiges hochprismatisches Epithel (Verdauungskanal)
- mehrreihiges Epithel (kleidet Atemwege aus)
- mehrschichtig unverhorntes Epithelgewebe (Schleimhaut der Mundhöhle)
- mehrschichtig verhorntes Plattenepithel (Epidermis der Haut)
- Übergangsepithel (Harnblase)

10. Benennen Sie die drei Knorpelarten und je ein Beispiel wo sie im Körper vorkommen!

a.) hyaliner Knorpel:

- Gelenkknorpel
- Trachea
- Rippenknorpel
- Nase
- Kehlkopf

b.) elastischer Knorpel:

- Ohrmuschel
- Epiglottis (Kehldeckel)

c.) Fasernknorpel:

- Discus
- Meniscus
- Labrum (Gelenklippe)
- Symphyse

11. Welche unterschiedlichen Bindegewebsarten gibt es? Nennen Sie je ein Beispiel!

- reticuläres BGW (lymphatischen Organen, Milz, Lymphknoten)
- lockeres BGW („Füllung“ von Körperhöhlen, Haut)
- straffes BGW (Organkapsel, Hirnhaut, Sehnen, Bänder)

12. Welche drei unterschiedlichen Muskelarten gibt es? Nennen Sie je ein Beispiel wo diese im Körper vorkommen!

- quergestreifte Muskulatur: willkürlich (Skelettmuskulatur Bsp. M. biceps brachii)
- glatte Muskulatur: unwillkürlich (Blut- und Lymphgefäß und in inneren Organen)
- Herzmuskel: quergestreift und unwillkürlich (Myocard)

13. Welche Bindegewebsfasern gibt es?

- reticuläre Fasern
- kollagene Fasern
- elastische Fasern

14. Welche Arten von Drüsen gibt es und was produzieren sie?

- endokrine Drüsen produzieren Hormone (Botenstoffe werden direkt an die Blutbahn abgegeben)
- exokrine Drüsen produzieren Sekret (wird über einen Ausführungsgang abgegeben)

15. Was ist eine Cyste?

ein mit Flüssigkeit gefüllter Hohlraum

16. Was bedeutet der Begriff Ödem?

eine abnorme Wasseransammlung im Interstitium (Zwischenzellraum) und in Zellen

17. Was ist ein Gewebe?

ein Zellverband gleicher Art und gleicher Funktion

18. Nennen Sie mindestens fünf unterschiedliche Gewebearten!

- Muskelgewebe
- Nervengewebe
- Knochengewebe
- Knorpelgewebe
- Epithelgewebe
- Fettgewebe
- Bindegewebe
- Blut (Sonderform)

19. Wie kann man das Bindegewebe und Stützgewebe einteilen?

Bindegewebe:

- lockeres Bindegewebe
- straffes Bindegewebe: geflechtartig, parallelartig
- reticuläres (netzförmiges Bindegewebe/Sonderform: Fettgewebe

Stützgewebe:

- Knorpel: hyaliner, elastischer oder Faserknorpel
- Knochen

5. Fußdeformationen und deren Folgeerscheinungen

1. Was versteht man unter Fußfehlstellungen?

- angeborene oder erworbene Achsenabweichung des Fußes aufgrund knöcherner oder weichteilbedingter Veränderungen

2. Nennen Sie 5 Ursachen für Fußfehlstellungen!

- entzündliche Erkrankungen
- metabolische Erkrankungen
- Gelenkinstabilität
- Sehneninsuffizienz
- zu enge, kurze ... Schuhe
- Übergewicht
- Schwangerschaft
- Berufsbelastung
- Bindegewerbeschwäche

3. Was verstehen Sie unter einem Plattfuß?

- angeborene oder erworbene Fußfehlstellung
- Das Längsgewölbe des Fußes ist eingesunken und liegt vollständig auf dem Boden auf.
- Heraustreten von Kahnbein und I.Keilbein
- Versteifung des Chopartschen Gelenkes
- Fersenbein liegt flach am Boden
- ganze Fuß wird länger

4. Beschreiben Sie einen Senkfuß!

Längsgewölbe des Fußes ist abgeflacht

5. Beschreiben Sie einen Spreizfuß!

- Vorfußverbreiterung durch auseinanderspreizen der Mittelfußknochen
- durchgetretenes Quergewölbe
- Fußschwielen im Bereich Mittelfußknochen II-III

6. Was ist der Hallux valgus und nennen Sie seine Ursache!

- pathologischer Schiefstand der großen Zehe: Großzehe weicht zum Fußaußenrand hin ab (lateral); Großzehen-Grundgelenk weicht nach Innen ab (medial)- Ursache ist in der Regel eine Abweichung des ersten Mittelfußknochens (Os metatarsale 1), zu enge und spitze Schuhe, Absenkung des Quergewölbes; Begleiterscheigung beim Spreizfuß

7. Was versteht man unter einem Hallux rigidus?

- schmerzhafte Einstieffung des Großzehengrundgelenkes
- Manifestationsalter liegt meist zwischen dem 30. und 50. Lebensjahr
- Frauen sind häufiger betroffen als Männer

8. Nennen Sie Ursachen für einen Hallux rigidus!

Traumen, falsches Schuhwerk, bestehende Fußdeformitäten wie Plattfußfehlstellungen, Gichtsymptomatik

9. Was versteht man unter einem Klumpfuß?

- besteht aus mehreren Fehlstellungen zusammen: Hohlfuß, Spitzfuß, Sichelfuß, Anspreizfuß
- obere Sprunggelenk ist abgeknickt
- Calcaneus neigt sich mit seiner äußeren Seitenfläche bodenwärts

10. Beschreiben Sie mindestens fünf Ursachen bzw. Auslöser für einen Spitzfuß!

- Lähmungen der Fuß- und Zehenstrecker
- Kinderlähmung
- Nervenschädigungen/Paralyse
- Verletzungen/Trauma
- falsches Schuhwerk (Stöckelschuhe)
- falsch angelegter Gipsverband

11. Beschreiben Sie eine Hammerzehe!

- Grundgelenk überstreckt (Hyperextension)
- Mittelgelenk gebeugt (Hyperflexion)
- Endgelenk überstreckt (Hyperextension)

12. Beschreiben Sie eine Krallenzehe!

- Grundgelenk überstreckt (Hyperextension)
- Mittel- und Endgelenk gebeugt (Hyperflexion)
- Hühneraugen auf den Gelenken
- durch Sehnenverkürzung angezogene Zehen

13. Wie sieht eine Reiterzehe aus?

- eine Zehe liegt über der benachbarten Zehe
- an der Streckseite der obenliegenden Zehe kommt es durch den Schuhdruck oft zu Schwielen und Hühneraugen
- darunterliegende Zehe zeigt oft Haut- und Nagelveränderungen

14. Welche möglichen Ursachen gibt es für eine Reiterzehe?

- Fußfehlstellung (Spreizfuß)
- Zehenfehlstellung (Hallux valgus, Hammer- oder Krallenzehe)
- Folge eines Zehenbruchs

15. Was versteht man unter dem Hackenfuß?

- Fußfehlstellung, bei der der Fuß nach oben abknickt und sich die Fußsohle nach außen dreht (Pronation)
- es besteht eine extreme Dorsalflexion
- der Patient kann nur noch auf der Ferse gehen
- Fehlstellung ist angeboren oder wird erworben durch Kinderlähmung oder Trauma

16. Beschreiben Sie einen Sichelfuß!

- ist die häufigste angeborene Fußfehlstellung
- Vorderfuß ist dabei im Vergleich zum hinteren Fuß nach innen gedreht
- Innenkante des Fußes nach innen gewölbt und eventuell nach oben gebogen
- verstärkte Wölbung des Mittelfußes und der Zehen nach innen (Adduktionsstellung)

17. Beschreiben Sie eine Haglundferse!

- Formvariante des Fersenbeinkörpers, prominent ausgebildet
- Druckschmerzen im Schuh

18. Welche Bänder stabilisieren das Sprunggelenk?

- Deltaband (Ligamentum deltoideum oder Ligamentum collaterale mediale)
- Außenband (Ligamentum collaterale laterale)
- Sprunggelenkgabel wird durch das vordere und hintere Schienbein-Wadenbein-Band (Ligamentum tibiofibulare anterius und posterius) zusammengehalten

19. Was ist ein Charcot-Fuß?

- Erkrankung des Fußes, bei der Knochen schnell brechen, ohne dass die Betroffenen Schmerzen empfinden

20. Wie wirkt ein Kompressionsstrumpf?

- Kompressionsstrümpfe erzeugen von außen Druck auf das Gewebe des umschlossenen Beines, um dessen geschädigtes Venen- oder Lymphsystem zu entlasten
- Kompressionsstrumpf ist so gefertigt, dass der ausgeübte Druck von oben nach unten analog zum Gewebedruck in Richtung der Schwerkraft zunimmt
- Kompressionsverbände dienen als Widerlager für die Muskelbewegung

21. Wann verwendet man einen Kompressionsstrumpf?

- Varicen
- Thromboembolie
- Schwangerschaft
- Lymphödem
- Narbenbehandlung
- nach Verbrennungen

22. Wie setzt sich das obere Sprunggelenk zusammen? (Deutsch + Latein)

distale Ende des Schienbeins (Tibia) und des Wadenbeins (Fibula) sowie das Sprungbein (Talus)

23. Wie setzt sich das untere Sprunggelenk zusammen? (Deutsch + Latein)

Sprungbein (Talus) und Fersenbein (Calcaneus), Kahnbein (Os naviculare)

24. Welche Bewegungsmöglichkeiten sind am Fuß möglich?

- Plantarflexion
- Dorsalflexion
- Pronation
- Supination

25. Welche Prophylaxe bei Fußfehlstellungen gibt es?

- gutes Schuhwerk
- Fußgymnastik
- Gewichtsreduktion

26. Welche Fußwölbungen gibt es?

- mediale und laterale Längsgewölbe
- vordere Quergewölbe

27. Nennen Sie mindestens vier Ursachen für einen Plattfuß!

- angeboren
- Lähmung (Kinderlähmung)
- Knochenerkrankung (Rachitis)
- Bindegewebs- bzw. Bänderschwäche
- Überlastung des Fußes durch Adipositas
- versagen der kurzen plantaren Muskeln
- Überdehnung des plantaren Bandapparates

28. Beschreiben Sie einen Knickfuß und wie wirkt er sich aus?

- Senkung des medialen Fußrandes und Anhebung des lateralnen Fußrandes
- Schmerzen am inneren Knöchel + Innenlängswölbung
- Schmerzen Knie und X-Bein
- innere Knöchel tritt stark hervor
- Sprungbein wird unter dem inneren Knöchel sichtbar (doppelter Knochen)
- Absätze werden innen abgetreten

29. Was ist ein Fersensporn?

- Calacaneussporn
- dornartige, knöcherne Ausziehung
- Unterseite des Tuber calcanei oder oben in der Nähe der Achillessehnen- Auslöser: Entzündungen (Rheuma) oder überbeanspruchte Sehnen (Übergewicht)

30. Welche Empfehlungen geben Sie als Fußpfleger einem Patienten bei einem unteren Fersensporn?

- Arzt aufsuchen
- Silikonpolster
- Absatzhöhe ca. 2 cm.
- Entlastungsverband
- Ultraschall

31. Was versteht man unter dem Begriff „Ganglion“ und wo sind sie am häufigsten zu finden?

- „Überbein“
- Aussackung von Sehnenscheiden oder Gelenkkapsel
- Lokalisation am Handrücken oder Fußrücken

32. Durch welche Fußdeformationen entsteht eine Hammerzehe?

durch einen Spreizfuß

33. Was raten Sie einem Patienten zur Behandlung einer Hammerzehe?

- Massage
- Streckverband
- Orthese
- Druckschutz
- Zehengymnastik

34. Was versteht man unter „Pernio“?

Frostbeulen

35. Wodurch entstehen Pernionen?

Feuchtigkeit und Kälte

36. Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es bei Frostbeulen?

- Massagen
- Druckschutzverband
- Fuß- und Zehengymnastik
- auf Schuhwerk achten
- Wassertreten und Wechselseitigkeitsbäder
- durchblutungsfördernde Wickel

37. Was versteht man unter dem Begriff „Hallux malleolus“?

Großzehe mit Hammerzehenstellung

38. Was bedeutet Digitus flexus?

Krallenstellung der Zehen II-V

39. Was bedeutet Digitus malleolus?

Hammerzehenstellung der Zehen II-V

40. Was bedeutet Hallux flexus?

Krallenstellung der Großzehe

41. Was bedeutet Polydaktylie?

Fuß mit sechs Zehen

42. Was bedeutet Syndaktylie?

- Zehen oder Finger sind nicht vollständig getrennt
- Entwicklungsstörung

43. Wo ist die Gicht am Fuß am häufigsten lokalisiert?

am Großzehengrundgelenk

44. Definition des Begriffes „Decubitus“!

- trophische Störung von Geweben (Haut und Unterhautfettgewebe) mit Gewebsuntergang (Nekrose)
- hervorgerufen durch äußere Druckeinwirkung mit Kompression von Gefäßen
- meist bei bettlägerigen Patienten

45. Nennen Sie mindestens fünf Zehendeformitäten!

- Hallux valgus
- Hammerzehe
- Krallenzehe
- Reiterzehe
- Syndaktylie

46. Nennen Sie Ursachen für einen Pes calcaneus!

- angeboren
- Lähmungen
- Verletzungen

47. Welche Maßnahmen kann man gegen einen Hallux valgus ergreifen?

- geeignetes Schuhwerk
- Reduktion von Übergewicht
- Zwischenzehenpolster
- Behebung der Spreizfußstellung
- frühzeitige und fachgerechte Fußgymnastik

48. Was versteht man unter „Metatarsalgie“?

Schmerzen im Bereich des Vorfußes

49. Wie entsteht der untere Fersensporn?

- durch Fehlbelastung
- Übergewicht
- Zug der Plantaraponeurose

50. Wodurch kann es zu einem Ganglion kommen?

Überbelastung von Sehnenscheiden oder Gelenken

51. Was ist ein dorsaler Knochenhöcker?

Das ist eine selten vorkommende Knochenprominenz, welche in verschiedenen Bereichen des Fußes auftreten kann.

52. Wodurch entsteht ein dorsaler Knochenhöcker?

Druck oder Fehlbelastung

53. Ihr Kunde klagt über Schmerzen im Bereich der Ferse beim Gehen. Nennen Sie drei mögliche Ursachen!

- Achillodynies
- Fersensporn
- Haglundferse
- wenig Fettgewebe an der Trittpläche der Ferse

54. Welche Maßnahmen würden Sie als Fußpfleger bei Hammer- und Krallenzehen empfehlen?

- bei Entzündungen zum Arzt
- Entfernung von Hornhaut, Schwielen, Hühneraugen
- Anfertigung einer Orthese

6. Nageldeformationen und verschiedene Nagelveränderungen

1. Welche Nagelveränderungen finden Sie bei der Psoriasis?

- Tüpfelnagel
- Ölfleck
- Hyperkeratose (Schuppung unter dem Nagel)
- Onycholyse
- Krümelnagel (Nagel wird bröckelig)

2. Nageldeformationen - Welche äußeren Einflüsse gibt es?

- Trauma
- Druck (zu enge Schuhe)
- Verbrennungen
- Verätzungen
- Hitze
- Erfrierungen

3. Definition folgender lateinischer Begriffe!

- Onychomykose: Nagelpilz
- Onychoschisis: schichtweise Aufsplitterung der Nägel parallel zur Oberfläche
- Onychophagie: Nägelbeissen
- Onycholyse: ablösen der Nagelplatte vom Nagelbett
- subungeales Hämatom: Bluterguß unter der Nagelplatte
- Onychie: Entzündung des Nagelbettes
- Onychauxis: Verdickung der Nagelplatte ohne Formveränderung
- Onychogryposis: Klauen/Krallennagel

4. Nennen Sie vier Ursachen für eine Onycholyse!

- Trauma
- Psoriasis
- falsches Ausputzen
- durch eine Nagelspanne
- nach einem subungealen Hämatom

5. Was versteht man unter half-and-half nails und welche Ursachen führen zu diesen?

- (Nagel proximal weiß und distal rot/rosa/braun)
- Lebererkrankungen
- Nierentransplantationen
- Nierenerkrankungen (Dialyse)

6. Welche Ursachen führen zu weißen Längsstreifen (Mees Streifen)?

- Arsenvergiftungen
- Thalliumvergiftungen
- hochfieberhafte Infekte
- Röntgenbestrahlungen
- Chemotherapie

7. Welche Gefahren des Nagelpilzes gibt es?

- ansteckend
- rasche Resistenzentwicklung
- langwierige Behandlung

8. Beschreiben Sie einen Nagelpilz!

- Ausbreitung von proximal oder distal
- Nagelverfärbung - gelblich, bräunlich
- unangenehmer Geruch
- Nagel wird bröckelig, weich

9. Welche Auslöser für einen Nagelpilz gibt es?

Dermatophyten (Pilze)

10. Welche Folgen der Onychomykose gibt es?

- schichtweise Aufsplitterung der Nägel
- Nagel verdickt sich, bröckelt und verfärbt sich gelblich bis bräunlich
- Pilzgift gelangt in die Matrix (Durchblutungsstörung, Entzündung...)
- Nagel wächst nicht mehr nach

11. Bei welchen Ursachen kann es zu Uhrglasnägeln kommen?

- chron. Sauerstoffmangel (Hypoxie) und deshalb kommt es zu einer verstärkten Vaskularisierung
- Herzerkrankungen (angeb. Herzfehler)
- Lungenerkrankungen (Tbc, Lungenkrebs, Lungenfibrose)
- Mukoviscidose (CF)

12. Welche Personengruppe hat ein besonders hohes Nagelpilz-Risiko?

- Menschen mit Durchblutungsstörungen an Füßen und Händen
- Patienten über 50-Jahre
- Diabetiker
- Fußpilz-Infizierte
- Immunabwehrgeschwächte Personen
- Sportler

13. Welche inneren Einflüsse können dem Nagel schaden?

- Infektionen
- Mangelzustände
- Stoffwechselerkrankungen
- Hauterkrankungen
- Schilddrüsenerkrankungen

14. Was versteht man unter Onychia punctata?

- Tüpfelnägel

- zahlreiche Grübchen in der Nagelplatte

15. Nennen Sie mindestens zwei Ursachen für eine Onychia punctata!

- Psoriasis
- Ekzem
- Alopecia areata
- idiopathisch

16. Welche Ursachen für weiße Punkte oder Streifen im Nagelbereich gibt es?

- falsche Maniküre
- mechanische Traumen, wie z.B. durch Stöße

17. Nennen Sie mindestens fünf Ursachen für Nagelverfärbungen!

- Kontakt mit Chemikalien
- Medikamente
- Pilzbefall
- Herzschwäche
- farbstoffbildende Bakterien
- Röntgenstrahlen
- Vergiftungen

18. Beschreiben Sie einen Hohl- bzw. einen Löffelnagel!

- muldenförmige Eindellung/Einsenkung der Nagelplatte
- erhöhte Brüchigkeit

19. Welche Ursachen für einen Hohl- bzw. einen Löffelnagel gibt es?

- chron. Eisenmangel
- Vitaminmangel
- Raynaud Syndrom (Durchblutungsstörung)

20. Welche Ursachen gibt es für brüchige und weiche Nägel?

- äußere Einflüsse
- häufiges Waschen
- Haushalts-Chemikalien
- häufige Verwendung von Nagellack und Nagellackentferner
- Mangel an Vitaminen und Mineralstoffen (Mangel an Vitamin A oder Biotin)
- Schilddrüsenerkrankungen

21. Beschreiben Sie die Bestandteile des Nagels! (Deutsch + Latein)

- Nagelwurzel (Nagelmatrix)
- Nagelbett mit dem Hyponychium
- Nagelwall mit dem Nageloberhäutchen (Cuticula, Eponychium)
- Nagelmond (Lunula)
- Nagelfalz
- freier Nagelrand
- Nagelplatte

22. Nennen Sie drei Ursachen für einen „Unguis incarnatus“!

- falsches Nagelschneiden
- falsches Schuhwerk
- Druck
- Deformationen
- Fußfehlstellungen
- Adipositas und Schwangerschaft

23. Wovon ist das Nagelwachstum abhängig?

- Alter
- Ernährung
- Durchblutung
- mechanische Belastung des Nagels

24. Nennen Sie zehn begünstigende Faktoren für die Onychomykose!

- Diabetes mellitus
- Fußdeformitäten
- Lymphabflußstörungen
- Gipsverband nach einem Knochenbruch
- Sport
- falsches Schuhwerk
- herabgesetzte Immunabwehr
- schlechte Hygiene
- CVI
- arterielle Durchblutungsstörungen
- Hyperhydrosis Pedus

25. Was versteht man unter einem „Pincer-Nail-Syndrom“?

- Pinzettennagel
- Form des Rollnagels

26. Welche Folgen beim Rollnagel gibt es?

- eingraben ins Nagelbett
- Entzündungen

28. Was versteht man unter Nagelprothetik?

Anpassen von Nagelteilen bei Nageldefekten oder von künstlichen Nägeln bei zerstörten Finger- oder Zehennägeln

29. Was versteht man unter einem subungualem Návus?

Muttermal unter dem Nagel

30. Was versteht man unter Paronychie?

Nagelbettentzündung

31. Bei welcher Krankheit kommt es zum Ölfleckenphänomen der Nagelplatte?

Psoriasis vulgaris

7. Veränderungen der Gefäße

1. Welche möglichen Symptome können auf einen Diabetes hinweisen?

- viel Harn (Polyurie)
- viel Durst (Polydipsie)
- Kraftlosigkeit und Abgeschlagenheit
- immer Hungergefühl
- schlechte Wundheilung
- Potenzprobleme

2. Wie entsteht der Typ-I-Diabetes?

- Autoimmunerkrankung: Das körpereigene Immunsystem zerstört im Rahmen einer als Insulins bezeichneten Entzündungsreaktion die insulinproduzierenden Betazellen der Bauchspeicheldrüse
- Angeboren

3. Welche Ursachen für die Entstehung des Typ-II-Diabetes gibt es?

- Herabgesetzte Insulinwirkung bei Insulinresistenz
- verminderte Insulinausschüttung (Insulinsekretion)

4. Welche Komplikationen des Gefäßsystems betreffend finden Sie beim Diabetes?

- Mikroangiopathie
- Makroangiopathie
- Retinopathie (Sehstörungen bis zum Erblinden)
- Neuropathie (schmerzunempfindlich)

5. Was versteht man unter den Begriffen Makro- und Mikroangiopathie?

- Mikroangiopathie (pathologische Veränderungen kleiner Arterien und Kapillaren)
- Makroangiopathie (pathologische Veränderungen mittlerer und großer Arterien)

6. Nennen Sie drei typische Folgen der Makroangiopathie!

- Herzinfakt
- pAVK (Schaufensterkrankheit)
- Schlaganfall

7. Was versteht man unter "Neuropathie"?

- Schädigung peripherer Nerven
- Schäden an Gefäßen, die die Nerven versorgen
- Ursache: unklar
- oft symmetrische Gefühlsstörungen v.a. an Unterschenkeln und Füßen
- Kribbeln, "burning feet"
- Erstes Anzeichen: Vibrationsempfindung vermindert
- Schmerzempfindung vermindert
- Kälte/Hitzeempfinden gestört

8. Warum sind die Füsse eines Diabetikers besonders gefährdet?

- schlechte Wundheilung
- verminderte Schmerzempfindlichkeit bis komplett Gefülslosigkeit
- Durchblutungsstörungen

9. Nennen Sie drei vorbeugende Massnahmen bei diabetischem Fuß:

- bei Fußverletzung sofort zum Arzt
- Baumwollsocken
- tägliche Fußkontrolle
- nach dem Waschen gut abtrocknen
- keine Salben (außer speziell für Diabetiker) zwischen die Zehen

10. Nennen Sie drei mögliche Warnsymptome bei einem Coma diabeticum und wie gefährlich kann dieser Zustand werden?

- Appetitlosigkeit
- Erbrechen
- Schwäche + schnelle Atmung
- Bauchschmerzen + Kollapsneigung
- Es besteht Lebensgefahr

11. Unterzucker: Beschreiben Sie drei typische Symptome!

- Heißhunger
- Übelkeit und Schwäche
- Kopfschmerzen
- Unruhe, Schwitzen, Herzrasen, Zittern
- Schläfrigkeit, Krämpfe, Koma

12. Woran denken Sie, wenn die Ausatemluft eines Diabetikers nach Nagellackentferner riecht?

- Acetongeruch
- Gefahr eines hohen BZ-Spiegels (Hyperglycämie)

13. Welche Körperstelle kann gespritztes Insulin am besten aufnehmen?

kurzwirksames Insulin: Bauch
Verzögerungsinsulin: Gesäß und Oberschenkel

8. Kräuterlehre

1. Was sind Wirkstoffe?

Substanzen, die in geringer Dosis in einem Organismus eine spezifische Wirkung und eine Reaktion hervorrufen

2. Welche Wirkstoffe werden unterschieden?

- pflanzliche Öle und Fette
- tierische Fette
- mineralische Fette
- Drogen
- ätherische Öle

3. Was sind ätherische Öle?

stark riechende, flüssige und flüchtige Inhaltstoffe bestimmter Pflanzen und Pflanzenteile

4. Nennen Sie die Arten der Gewinnung von Wirkstoffen!

- Wasserdampfdestillation
- Kaltextraktion/Enfleurage
- Warmextraktion/Mazeration
- Extraktion mit flüchtigen Lösungsmitteln
- Auspressen

5. Was verstehen Sie unter Drogen?

jeder Wirkstoff, der in einem lebenden Organismus Funktionen verändern mag

6. Nennen Sie Drogen nach kosmetisch bedeutenden Wirkstoffen!

Schleimdrogen, Saponindrogen, Bitterstoffdrogen, Kieselsäuredrogen,k
Gerbstoffdrogen, Harze, Stärkedrogen

7. Nennen Sie drei Schleimdrogen!

- Allantoin
- Isländisch Moos
- Lindenblüten
- Leinsamen
- Eibischwurzel

8. Nennen Sie drei Saponindrogen!

- Birkenblätter
- Birkensaft
- Rosskastanie
- Seifenkraut
- Efeublätter
- Leinsamen

9. Nennen Sie drei Bitterstoffdrogen und deren Wirkung!

- Hopfen
- Tausendguldenkraut
- Wermut
- Wirkung: appetitanregend, sekretionsfördernd

10. Nennen Sie drei natürliche Farbstoffe!

- Chlorophyl
- Azulen
- Carotin

11. Nennen Sie fünf Gerbstoffdrogen!

- Hamamelis
- Salbei
- Walnuss
- Eichenrinde
- Himbeerblätter/Brombeerblätter

12. Nennen Sie die Arten der Gewinnung von ätherischen Ölen!

- Destillation
- Kaltpressung
- Extraktion

13. Was ist Algenextrakt und welche Wirkung hat es?

- Vorkommen: Extrakt aus der Meerespflanze
- Wirkung: normalisiert den Feuchtigkeitsgehalt der Haut, macht Hornhaut geschmeidig
- Anwendung: bei trockener Haut, Rhagaden

14. Nennen Sie drei tierische Wachse!

- Bienenwachs
- Wollwachs
- Walrat

15. Nennen Sie fünf Eigenschaften der Aloe Vera:

- erhöht die Kollagen- und Elastinsynthese
- feuchtigkeitsspendend
- keimtötend
- wundheilend
- fördert die Narbenbildung
- entzündungshemmend

16. Welche Pflanzenteile werden für Drogen verwendet?

Wurzel, Stängel, Blätter, Blüten, Samen, Früchte, Fruchtschale, Rinde

17. Was ist Arganöl und wie wirkt es?

- Arganbaum zählt zu den ältesten Gewächsen der Welt (Südwesten Marokkos)
- edles Öl stammt aus seinen Früchten
- eine Vielzahl an ungesättigten Fettsäuren
- eine hohe Vitamin E Aktivität stärkt das Immunsystem
- wirkt der Austrocknung und der vorzeitigen Alterung entgegen

18. Was ist Efeu Extrakt und wie wirkt es?

- verwendet werden die Extrakte der Blätter
- enthalten Helixin, einen mild reizenden Stoff, der die Blutzirkulation und den Lymphfluss anregt
- bevorzugte Verwendung in Anticellulite Präparaten

19. Was ist Ginseng-Extrakt und wie wirkt es?

- eine Verbesserung des Spannungszustandes der Haut sowie eine Wirkung gegen Hautfalten festgestellt
- wirksamen Bestandteile des Ginsengextraktes werden Ginsenoside genannt
- Sie sollen für die Revitalisierung und Reaktivierung der Epidermiszellen verantwortlich sein

20. Nennen Sie fünf Wirkstoffe bei einem Schweißfuß und deren Wirkung!

- Salbei: enthält Gerbstoffe, schweißhemmend
- Lavendel: beruhigend, antiseptisch
- Aloe Vera: unterstützt die Regeneration der Haut, entzündungshemmend, reguliert die Hautfeuchtigkeit
- Manuka Öl: gegen geruchsbildende Bakterien und Pilze
- Chlorophyll: desodorierend

21. Nennen Sie fünf Wirkstoffe bei Rhagaden und deren Wirkung!

- Allantoin: keratolytisch, glättet rauhe, rissige Haut
- Calendula: entzündungshemmend, heilungsfördernd
- Retinol: Vitamin A beeinflusst den Verhorngungsprozess, Epithelschutz
- Vitamin E: Tocopherol regenerierend, regt den Hautstoffwechsel an
- Urea: Harnstoff erweicht (bei geringer Konzentration) bzw. löst (bei hoher Konzentration) verhornte Haut, hemmt übermäßige Hornbildung, erhöht Wasserbindevermögen

22. Nennen Sie fünf Wirkstoffe bei kalten Füßen!

- Rosmarin
- Lindenblüten
- Minze
- Schafgarbe
- Kalmus

23. Benennen Sie drei ätherische Öle bei Mykosen!

- Teebaumöl
- Lavendelöl
- Manukaöl
- Zitrusöl

24. Was ist Chlorophyll und wie wirkt es?

- Grüner Pflanzenfarbstoff
- Wirkung: wundheilend, schweißhemmend, natürliches Antiseptikum

25. Nennen Sie die Wirkung und Anwendung von Eichenrinde!

- Wirkung: adstringierend, entzündungshemmend
- Anwendung: Frostbeulen, offene Beine, Schweißfuss

26. Nennen Sie die Wirkung und Anwendung von Fichtennadel:

- Wirkung: antiseptisch, belebend, krampflösend
- Anwendung: bei müden Füßen als Fußbad

27. Nennen Sie die Wirkung und Anwendung von Käsepappel?

- Wirkung: antiseptisch, belebend, krampflösend
- Anwendung: bei müden Füßen als Fußbad

28. Was ist Wollwachs und welche Wirkung hat es?

- Lanolin: aus Schafwolle gewonnene salbenartige Masse
- Grundlage zur Herstellung von Salben und Hautcremen
- feuchtigkeitsregulierend

29. Was ist Propolis und welche Wirkung hat es?

- Kittharz der Bienen
- zum Bau der Waben benutzt wird
- natürliches Konservierungsmittel mit antimikrobieller Wirkung

30. Wie wirkt Ringelblume?

- entzündungshemmend
- Verwendung bei Geschwüren und schlecht heilenden Wunden

31. Wie wirkt Teebaumöl?

- stark desinfizierend
- entzündungshemmend

32. Nennen Sie drei gefäßwandstärkende Wirkstoffe und deren Wirkung!

- Rosskastanie: venotonisierend, entzündungshemmend
- Rotes Weinlaub: gefäßabdichtend, entzündungshemmend
- Hamamelisrinde: adstringierend, entzündungshemmend

33. Beschreiben Sie die Wirkung und Anwendung von Kamille:

- Wirkung: antiseptisch, entzündungshemmend, krampflösend, schmerzstillend
- Anwendung: bei Wunden und Geschwüren

34. Nennen Sie drei schweißhemmende Wirkstoffe!

- Salbei
- Walnussblätter
- Eichenrinde

35. Nennen Sie fünf durchblutungsfördernde Wirkstoffe!

- Rosmarin
- Chili
- Pfefferminze
- Arnika
- Zimt

36. Nennen Sie drei zusammenziehende Wirkstoffe!

- Salbei
- Minze
- Hamamelis

37. Nennen Sie drei feuchtigkeitsspendende Wirkstoffe!

- Aloe Vera
- Panthenol
- Hyaluronsäure

38. Welche Wirkung hat Rotes Weinlaub?

- verbessert die Blutzirkulation bei leichten Venenleiden
- wirkt Entzündungen entgegen
- dichten die Gefäßwand ab und können die Durchblutung in kleinsten Venen verbessern

39. Welche Wirkung hat Latschenkiefer?

- hemmt das Wachstum von Bakterien
- regt äußerlich aufgetragen die Durchblutung in der Haut an
- lindert Muskelkater und Verspannungen
- regt den Kreislauf an

9. Badezusätze und Pflegemittel

1. Was verstehen man unter Pflegemitteln?

- Hautpflegemittel
- Reinigungsmittel
- Seifen
- Öle
- Cremen
- Masken
- Packungen

2. Nennen Sie Grundstoffe kosmetischer Präparate!

- organische Grundstoffe
- anorganische Grundstoffe
- synthetische Grundstoffe

3. Nennen Sie drei organische Grundstoffe!

- Fette
- Öle
- Wachse
- Harze

4. Woraus besteht eine Creme?

- Grundlage
- Lösungsmittel
- Bindemittel
- Füllstoffe
- Wirkstoffe
- Duftstoffe
- Farbstoffe
- Konservierung

5. Nennen Sie drei anorganische Grundstoffe!

- Borax
- Kaolin
- Talcum

6. Nennen Sie drei synthetische Grundstoffe!

- Soda
- Seife
- Fettalkohole

7. Nennen Sie fünf Natural Moisturizing Factor!

- Hyaluronsäure
- Vitamin E
- Panthenol
- Kollagen
- Elastin
- Harnstoff

8. Wie wird ein ansteigendes Fußbad gemacht?

- 35° pro Min 1° auf 40° ansteigen lassen
- Füße einwickeln und hochlagern
- für Nachruhe sorgen (min. 20 Min.)

9. Wann empfehlen Sie ein ansteigendes Fußbad?

Entstauung der oberen Körperpartien und bei Erkältungen

10. Wann empfehlen Sie ein Wechselfußbad?

- Kreislauf anregen und Muskel kräftigen
- beugt Erkältungen vor
- bei arteriellen Durchblutungsstörungen

11. Wie wird ein Wechselfußbad gemacht?

- 5 Minuten warmes Wasser ca. 36°
- 5 bis 15 Sekunden kaltes Wasser ca. 15°
- mit warm beginnen, kalt enden, 2 x wechseln
- anschließend einwickeln und hochlagern oder trockenlaufen

12. Welche Öle haben Oberflächenwirkung und werden in Schutzcremen eingearbeitet?

- Paraffin
- Vaseline (alle mineralischen Öle) werden nicht ranzig

13. Welche Eigenschaften hat ein Emulgator?

- grenzflächenaktiver Stoff
- hydrophil: in Wasser zu löslich
- lipophil: gut in Fetten und Ölen lösen

14. Welche Ursachen lassen eine Creme ranzig werden?

Zersetzung von tierischen und pflanzlichen Ölen in Fettsäuren und Glycerin durch Mikroorganismen, Luft, Licht, Feuchtigkeit

15. Wie werden Emulsionen aus Wasser und Öl unterschieden?

Ö/W und W/Ö Emulsionen

16. Was ist eine Schutzcreme?

- soll die Haut gegen Feuchtigkeits- und Wärmeverlust schützen
- gegen Hautschädigungen, die durch Kälte und häufige Feuchtarbeiten auftreten
- Chemikalien und Verschmutzungen industrieller Art
- Überziehen die Haut mit einem Paraffinölfilm
- gutes Barrieremittel sind auch Silikonöle und Wachse

17. Welche Aufgabe haben Schutzcremen?

schützen vor Hautrissen an Händen und Füßen

18. Beschreiben Sie die Aufgabe von Handpflegecremes?

- sollen das Rau- und Rissigwerden der Haut verhindern und das Nagelkeratin härten
- sollen hauteigene Feuchtigkeit binden
- verlorengegangene Epidermisfette rückführen, dabei schnell einziehen und keinen Fettfilm hinterlassen

19. Welche Fußpflegemittel empfehlen Sie bei trockener Haut?

- milde Fußbäder
- fetthaltige Cremen und Ölbäder
- reichfettende Bäder
- Parafinpackungen

20. Welche Fußpflegemittel empfehlen Sie bei Schweißfüßen?

- kurze Sauerstoffbäder
- chlorophyllhaltige Lotionen und Cremen
- Fußspray und Puder

21. Welche Fußpflegemittel empfehlen Sie bei müden Füßen?

- Kräuter- und Sauerstoffbäder
- Kampferlotionen oder Cremen
- Wechselbäder

22. Welche Fußpflegemittel empfehlen Sie bei Rhagaden?

- Wund- und Heilsalben
- Schrundenbalsam
- Okklusivverband

23. Welche Fußbäder werden bei Schweißfüßen empfohlen und wie werden sie durchgeführt?

- Eichenrinden-Fußbäder: 10-15min. lauwarm (ca. 31 °C)
- Kalmusblätter-Fußbäder: w.o.
- Salbei-Fußbäder: w.o.

24. Was ist eine Schrundensalbe?

Pflegesalbe für stark verhornte, rissige, trockene und raue Haut

25. Was sind Lipide?

natürliche Fette und Öle

26. Was sind Mineralöle?

flüssige Destillationsprodukte aus mineralischen Rohstoffen (Erdöl)

27. Was versteht man unter einem Sauerstoffbad?

als Badezusatz wird Sauerstoff, chemisch an Salz und Sole gebunden, dem Wasser zugeführt

28. Wie wirkt ein Sauerstoffbad?

- zirkulationsfördernd
- stoffwechselfördernd
- kräftigend

29. Welche Kontraindikation beim ansteigenden Fußbad gibt es?

- schlaffe Lähmung
- Hypertonie
- Varizen

30. Wann macht man einen kalten Umschlag?

- Entzündungen
- Verstauchungen
- Blutergüssen
- Hypertonie

31. Wie wirkt ein heißer Umschlag?

- durchblutungsfördernd
- bessere Wirkstoffaufnahme
- porenerweiternd
- schweißtreibend

32. In welchen kosmetischen Präparaten wird Aceton eingesetzt?

- gutes Lösungsmittel für Lacke
- eingesetzt in Nagellacken und Lackentfernern

10. Hilfsmittel und Druckschutzverbände

1. Was versteht man unter einer „Orthese“?

manuelle redressieren in Normalhaltung und Fixierung, Druckentlastung

2. Wann werden Stützstrümpfe angewendet?

- Venenerkrankung
- Schwangerschaft
- Lymphödeme
- postoperativ

3. Welche Spange verwenden Sie bei entzündetem Nagelbett?

- Klebespange (Kunststoff, Metall oder Gold)
- 3TO Spange

4. Was ist ein Okklusivverband?

luft- & wasserdicht abschließender und abdeckender Verband

5. Wann verwenden Sie ein Druckschutzpflaster?

- bei Wunden um Druck zu vermeiden
- Hühnerauge
- Hammerzehen oder Krallenzehen
- bei Hallux valgus
- bei Fersenbeinsporn

6. Was ist der Unterschied zwischen Druckschutzverband und Druckverband?

- Druckschutzverband (Wundverband): Schutzverband um Druck zu vermeiden, z.B. bei Fersensporn
- Druckverband: bei einer stark blutenden Wunde, um die Blutung zu stillen

7. Was ist eine Nagelprothetik?

künstl. Ersatz eines Nagels oder Nagelteils

8. Wann machen Sie eine Nagelprothetik?

- bei fehlendem Nagel ganz oder teilweise
- bei Pilznägeln
- bei Bruchnägeln

9. Nennen Sie fünf klassische Massagegriffe: (plus lat.)

- Streichen (Effleurage)
- Kneten (Pétrissage)
- Reiben (Friction)
- Klopfen, Hacken, Klatschen (Tapotement)
- Schütteln (Vibration)

10. Was bewirkt eine Petrissage?

- Stoffwechselschlacke wird aus dem Muskel herausgepresst
- es kommt zu einer erhöhten Zufuhr von Blut- und Nährstoffen
- Dehnungsreize auf elastische Fasern des BG
- durchblutend, belebend

11. Was bewirkt die Friction?

- tieferen Schichten der Haut werden besser erreicht
- Flüssigkeitsansammlungen werden in die Intrazellularräume befördert und abtransportiert - Aufsaugen krankhafter Gewebeelemente
- durchblutend

12. Was bewirkt die Effleurage?

- beruhigend
- Wärme und Vertrauen entsteht
- Spannung der Muskulatur wird herabgesetzt
- Abtransport von Schlackenstoffen

13. Worauf ist bei Druckschutz und Wundverbänden am diabetischen Fuß zu achten?

- hautfreundliche allergiegetestete atmungsaktive weiche Materialien
- Hansalet, Chirofix, Cutiplast, Peha-Haft, Baumwollfilz, Fleece-foam, sterilen Mullverband

14. Wann sollten Bewegungsübungen nicht durchgeführt werden?

- nach frischen Frakturen, Verletzungen, akuten Entzündungen
- akute Stauungen und Ödeme
- Vorsicht bei schmerhaften Versteifungsscheinungen!

15. Was sind Indikationen für die Durchführung von Massagen?

- Durchblutungsstörungen arterieller und venöser Art
- Muskelverkrampfungen, bedingt durch Überbelastung, Deformitäten, Verletzungen - Nachbehandlung von Frakturen, Distorsionen und Luxationen

16. Was versteht man unter Fußgymnastik?

- man Bewegungsübungen, die vorbeugend gegen Schwächung oder Schädigung des Muskel- und Bandapparates sowie der Fußgelenke wirken
- Fußgymnastik dienen der Kräftigung und Stabilisierung auch geschädigter Muskel, Bänder oder Gelenke

17. Wo wenden Sie Entlastungsringe an?

- bei Hühneraugen
- Schwielen
- Fersensporn

11. Physik

1. Nennen Sie 3 praktische Anwendungen der Elektrizität:

Fräser, Licht, Massagegerät, Farblicht, Galvanisches Fußbad, Zweizellensitzbad, Softlaser, Hochfrequenz, Ozoubed

2. Kann der menschliche Körper Strom leiten?

Ja

3. In welche Teilbereiche lässt sich das UV-Licht einteilen?

UV A
UV B
UV C

4. Wie wirkt Wärme auf die Haut?

durchblutungsfördernd, porenerweiternd, gefäßerweiternd, Anstieg der Hauttemperatur, zellerneuernd

12. Apparate- und Instrumentenkunde

1. Welche Instrumente werden in der Fußpflege verwendet? Zählen Sie 10 auf!

Nagelzange, Kopfschneider, Hautzange, Hohlmeißel, Tamponierer, Nagelfeile, Spitzlinse, Stemmerl oder Flachmeisel, Herzlinse, Eckenzange, Eckenfeile, Hornhauthobel, Skalpell, Oval-Rundlinse, Doppelinstrument, Medihalter mit vers. Klingengrößen

2. Wo und wie setzen Sie einen Hohlmeißel, Spitzlinse und Stemmerl (Flachmeißel) ein?

- Hohlmeißel: Ausputzen des Nagelfalzes und zum Tamponieren
- Oval-Spitzlinse, Medihalter: Hühneraugen entfernen
- Flachmeißel: eingewachsene Nägel entfernen

3. Welche Fräserapparate gibt es?

- Nassfräser
- Trockenfräser
- Trockenfräser mit Absaugung

4. Aus welchen Materialien bestehen die Fräseraufsätze und wo werden sie verwendet?

- Metall: für Hornhaut und Nägel
- Diamant- oder Rubinstaub: Hornhaut und Nagel
- Korund: Spangentechnik und Nagelrand
- Karborund: Nägel glätten
- Schleifpapier: Kappenschleifer zum Glätten der Hornhaut

5. Welche Instrumente brauchen Sie für eine Nagelspannung?

- BS: Pinzette, Applikator für Kleber und zum Andrücken oder
- Metall: Zange zum Schneiden, Zange zum Biegen, Flachmeißel zum Daraufschreiben oder
- Erki: Häckelnadel, Pinzette

6. Mit welchem Fräseraufsatz entfernen Sie ein Hühnerauge im Nagelfalz?

- Kugelfräser oder Rosenfräser
- Fissurenfräser

7. Welche Instrumente werden bei der Maniküre verwendet?

Nagelzange, Hautschere oder -zange, Doppelinstrument, Rosenholzstäbchen, Pferdefüßchen, Nagelfeile, Sandfeile, Diamantfeile

8. Wozu verwenden Sie einen Rosenfräser?

Hühneraugen und im Nagelfalz

9. Wann verwenden Sie einen Korundfräser?

- Spezialtechnik
- Nagelglätten

10. Wozu verwenden Sie einen Fissurenfräser?

- Rhagaden
- Nagelfalz

11. Womit entfernen Sie ein Hühnerauge?

- Linse
- Skalpell
- Fräser
- Hautzange

13. Hygiene

1. Nennen Sie 3 Übertragungswege von der Infektionsquelle in den Organismus!

- Schmierinfektion
- aerogene Infektion
- Kontaktinfektion
- perkutane Infektion
- diaplazentare Infektion

2. Was versteht man unter Inkubationszeit?

Zeit von der Infektion bis zum sichtbaren Ausbruch der ersten Symptome

3. Erklären Sie den Unterschied zwischen Desinfektion und Sterilisation!

- Desinfektion ist die Reduktion pathologischer Mikroorganismen (keine Infektionsgefahr)
- Sterilisation ist die Vernichtung aller Mikroorganismen

4. Wie wird der Warzenvirus (Papillomavirus) übertragen?

Direkte Übertragung von Warzengewebe auf intakte Haut derselben und anderer Personen

5. Nennen Sie zwei Pilzformen (Erscheinungsformen), die Dermatomykosen auslösen können!

- Schimmelpilze
- Hefepilze
- Fadenpilze
- Aktinomyzeten

6. Nennen Sie drei Übertragungswege der Hepatitis B!

- Blut und Blutprodukte
- Speichel
- Sperma
- Vaginalflüssigkeit
- Muttermilch
- sämtliche Körperflüssigkeiten
- gebrauchte Nadeln und Rasierer
- infizierte Mutter auf den Fetus

7. Nennen Sie fünf Schritte zur richtigen Händedesinfektion!

- Hände mit Seife waschen
- Hände mit Einmalhandtüchern trocknen
- Desinfektionsmittel auf den Handflächen, dem Handrücken, auf Fingern und in Fingerzwischenräumen verreiben
- mind. 30 Sekunden einwirken lassen und an der Luft trocknen lassen
- nicht nachtrocknen

8. Nennen Sie mindestens fünf Situationen bei denen Händedesinfektion unbedingt nötig ist!

- nach dem WC-Besuch
- vor dem Betreten des Betriebsraumes und der Gerätschaften
- nach dem Kämmen oder Berühren der Haare
- nach dem Essen - Rauchen - Husten - Naseschneuzen
- nach dem Umgang mit Abfällen und Lebensmitteln
- nach Arbeiten bei denen man mit Blut in Kontakt kommt
- nach der Anwendung von Reinigungsschemikalien
- vor und nach der Arbeit am Kunden
- nach telefonieren und Arbeit am Computer
- nach dem Umgang mit Geld

9. Was bedeutet MRSA?

- Methicillin resisternter Staphylococcus Aureus
- resistent gegen alle verfügbaren Antibiotika

10. Wie kann HIV übertragen werden?

- ungeschützter Geschlechtsverkehr
- infiziertes Blut
- kontaminierte Blutkonserven
- infizierte Mutter auf den Fetus
- Stillen
- sämtliche Körperflüssigkeiten
- gebrauchte Nadeln und Rasierer

11. Nennen Sie Methoden zur Desinfektion und Sterilisation!

- physikalische Methoden
- thermische Methoden
- chemische Methoden

12. Was versteht man unter persönlicher Hygiene?

- tgl. Zähneputzen und Duschen
- saubere Arbeitskleidung und gepflegtes Aussehen
- kein Mund- und Schweißgeruch
- kurze saubere Fingernägel
- lange Haare zurückbinden

13. Was versteht man unter Arbeitshygiene?

hygienische Maßnahmen am Arbeitsplatz (sterile Instrumente, ausgekochte Handtücher und Kleidung, Einmalnadeln)

14. Was versteht man unter Raumhygiene?

die Gesamtheit der Umgebungseinwirkung in einem Raum (Temperatur, Beleuchtung, rutschfeste Böden, Einmalhandtücher, Händedesinfektionsvorrichtung mit Desinfektionsmittel)

15. Welche vorbeugende Maßnahme schützt Sie bei Hepatitis?

Impfung Hepatitis A+B

16. Was ist ein Erysipel?

- Rotlauf/bakterielle Erkrankung (Staphylokokken)
- Krankheitsgefühl, hohes Fieber, scharf abgegrenzte Rötung des betroffenen Gebietes
- Schüttelfrost, Schmerzen

17. Nennen Sie drei vorbeugende Maßnahmen gegen Fusspilz!

- Socken täglich wechseln und Füße trocken halten
- in öffentlichen Bädern, Saunen nicht barfuß gehen

18. Nennen Sie den Überträger der Borreliose und das charakteristische Zeichen des 1. Stadiums!

- Überträger: Zecke
- Wanderröte (Erythema migrans)

19. Wie bereiten Sie Metallfräser für den nächsten Kunden auf?

- Fräserbad
- Metallbürste
- Ultraschall
- Heißluftsterilisator

20. Was ist bei der Fräseranwendung zu beachten?

- nicht zu lange auf einer Stelle fräsen (Hitze)
- feste Handhabung des Fräzers und des Objektes
- lange Haare zusammenbinden
- keinen festen Druck ausüben
- die richtige Drehzahl wählen
- Mundschutz und Brille

21. Wie lauten die Anforderungen an die Arbeitsgeräte?

- es müssen geeignete Vorrichtungen zum Reinigen, desinfizieren bzw. zur Sterilisation von Arbeitsgeräten vorhanden sein
- Arbeitsgeräte müssen gegebenenfalls sterilisierbar sein oder Einmalprodukte verwenden
- immer zu sterilisieren sind Arbeitsgeräte, die mit Blut oder Blutserum kontaminiert wurden
- Sterilisationsverfahren nur Heißluftsterilisator, Dampfsterilisator und Autoklav
- im Heißluftsterilisator erreichbare Temperatur muss mindestens 180°C betragen und eine Einwirkdauer von 30 Minuten garantieren
- Bei jedem Sterilisationsvorgang ist ein Farbindikator zur Sichtkontrolle einzusetzen
- Dampfsterilisator ist nach Ablauf der Anheiz- und Ausgleichszeit eine Sterilisationszeit von 15 Minuten bei gesättigtem und gespanntem Dampf mit der Temperatur von 120°C oder 5 Minuten bei 134°C einzuhalten
- Bei jedem Sterilisationsvorgang ist ein geeigneter Indikator zur Sichtkontrolle einzusetzen
- zweimal jährlich ist mit einem geeigneten biologischen Testverfahren durch eine autorisierte Anstalt ein Validierungsverfahren vorzunehmen
- Sterilgut ist in einer geeigneten Verpackung zu sterilisieren
- sterilisierten Arbeitsgeräte sind keimarm zu lagern

22. Was ist bei der Desinfektion/Reinigung von Flächen zu beachten?

- bei der Verwendung von Desinfektionsmitteln ist auf die richtige Einwirkzeit und die regelmäßige Erneuerung zu achten
 - vor der Desinfektion müssen die zu desinfizierenden Flächen gründlich gereinigt werden
 - die zu desinfizierenden Flächen sind während der vom Hersteller angegebenen Zeit mit dem Desinfektionsmittel feucht zu halten
- Geräte, die die Haut bei bestimmungsgemäßem Gebrauch nicht verletzen sind erst nach zuverlässiger Instrumentendesinfektion am nächsten Kunden einzusetzen
- Verwendung des „Zweiemersystems“ ist anzustreben
 - von der Verwendung von Stoffwischtüchern oder Reinigungsschwämmen ist abzuraten
 - es sollten nur Einmalwischtücher benutzt werden
 - Fußpflegewanne ist nach jeder Benützung zu reinigen und zu desinfizieren
 - Behandlung von Nagelmykosen ist nach Behandlungsende eine gründliche Reinigung und Desinfektion aller kontaminierten Flächen vorzunehmen
 - Reinigungs- und Desinfektionsplan ist zu erstellen
 - Stoffhandtücher müssen täglich einer thermischen Desinfektion (95°C) zugeführt werden
 - als Desinfektionsmittel werden Produkte aus der Expertenliste der „Österreichischen Gesellschaft für Mikrobiologie und Präventivmedizin“ oder der „Deutschen Gesellschaft für Hygiene, Mikrobiologie und Präventivmedizin“ vorgeschlagen

23. Welche Hygienebestimmungen gelten für die mobile Fußpflege?

- grundsätzlich die gleichen wie für den Praxisbereich
- Flächendesinfektion im unmittelbaren Arbeitsbereich
- bei mutmaßlicher Kontamination von pilzinifizierter Haut bzw. Nägeln um eine Weiterverbreitung im Haushalt und auf weitere Familienangehörige zu unterbinden
- Kofferdesinfektion
- einzeln eingeschweißte Instrumente sollten nicht ausreichend sterile Bestecke zu Verfügung stehen
- Instrumente nach Benützung desinfizieren
- mehrere Schleifer und Fräser, die ebenfalls keimfrei transportiert werden sollten
- nach Behandlungen mit Infektionen ist ein steriler Instrumentensatz zu verwenden
- Aufbewahrungsbehälter für kontaminierte und benutzte Instrumente
- Handschuhe, Mundschutz, Schutzbrille, Wasserundurchlässige od. aufsaugende Unterlagen, - Kleidung zum Wechseln

24. Wenn bei Ihnen in der Fußpflegepraxis vermehrt Wundinfektionen auftreten, welche Infektionswege sollten Sie bedenken?

- Kontamination durch fußpflegerische Instrumente
- Kontamination durch Übertragung von Erregern durch Sie oder ihr Personal (Keimträger, mangelnde hygienische Händedesinfektion, Fußbäder und andere)

25. Nennen Sie den Ablauf der Hygiene nach einer Fußpflege in der korrekten Reihenfolge!

- Desinfektion
- Reinigung
- Sterilisation

26. Welche Arbeitsgänge sind nach einer Fußpflege notwendig? Ausführliche Erklärung!

- Instrumente werden nach dem Gebrauch in eine Desinfektionswanne oder Ultraschallbad (Zangen im geöffneten Zustand, Fräser sind in Ständer zu legen, damit keine es keine Kontaktschäden gibt) gelegt
- Instrumente müssen vollständig mit Flüssigkeit bedeckt sein
- bei Desinfektionsmitteln ist die Konzentration, die Temperatur und die Wirkzeit entsprechend der Herstellerangaben zu beachten
- nach der Desinfektion Instrumente, Fräser möglichst mit destilliertem Wasser abspülen, trocknen (mit Kompressor trocken blasen)
- vor der Sterilisation erfolgt die Instrumentenpflege mit einem Spezialöl, das auch vor Korrosion schützt
- Anschließend in Sterilisationsfolien oder Sterilisationskassetten verpackt im Autoklav sterilisieren
- Die Instrumente bleiben bis zu dem nächsten gebrauch in der Folie bzw. Kassette

27. Worauf beschränkt sich heute die trockene Wundbehandlung?

- Versorgung von Wunden im Rahmen der Ersten Hilfe
- Versorgung primär heilender, mit Naht verschlossener Wunden zur Aufnahme von Sickerblutungen
- als Schutz vor Sekundärinfektion
- als Polsterschutz gegen mechanische Irritationen

28. Wozu dienen Salbenkompressen?

- Salbenkompressen dienen zur atraumatischen (gewebeschonend) Wundbehandlung in allen Phasen der Wundheilung
- Schürfwunden, Verbrennungen, Verbrühungen
- zur Abdeckung einer Spender- und Empfängerstellen bei Hauttransplantationen

14. Erste Hilfe

1. Wie lauten die Telefonnummern von Rettung, Feuerwehr, Polizei und dem internationalen Notruf?

- Rettung - 144
- Polizei - 133
- Feuerwehr - 122
- Internationale Notruf - 112

2. Welche Angaben soll ein Notruf beinhalten?

Die vier W's: Wer, Wo, Was, Wie viele?

3. Was ist ein Schock und woran erkennen Sie ihn?

- schwere Kreislaufregulationsstörung
- niedriger Blutdruck
- hohe Pulsfrequenz
- kalter Schweiß
- blasses Gesichtsfarbe
- Muskelzittern
- verwirrt und ängstlich

4. Wie erkennen Sie eine Bewusstlosigkeit und welche Maßnahmen treffen Sie?

- Atmung: positiv
- Kreislauf positiv (Puls vorhanden)
- Bewußtsein: negativ (keine Reaktion auf Ansprache, Berührung und Schmerzreize)
- Stabile Seitenlage und regelmäßig Vitalparameter kontrollieren

5. Wie erkennen Sie einen Atemstillstand und welche Maßnahmen setzen Sie?

- Atmung: negativ (sehen, fühlen, hören)
- Bewußtsein: negativ (keine Reaktion auf Ansprache, Berührung und Schmerzreize)
- Kreislauf: negativ (kein Puls tastbar)
- Atemwege freimachen
- Kopf überstrecken
- Beatmung und Herzdruckmassage

6. Worauf sollten Sie bei der Herzdruckmassage achten?

- keine Unterbrechung der Beatmung während der Herzdruckmassage
- harte Unterlage (keine Reanimation im Bett)
- seitlich vom Patienten knien
- übereinandergelegte Handballen
- 2 QF oberhalb des Brustbein-Ende
- senkrechter Druck
- mit gestreckten Armen den Brustkorb 4-6 cm niederdrücken (Handballen dabei nicht abheben)
- 100 x/Minute möglichst gleichmäßig

7. Wie machen Sie die Atemwege frei?

- beengende Kleidung öffnen
- Inspektion der Mundhöhle
- Erbrochenes oder dritte Zähne entfernen
- Kopf nackenwärts überstrecken

8. Wie kontrollieren Sie Atmung und Kreislauf?

- Hören (Ein- und Ausatemgeräusch)
- Fühlen (der Ausatmeluft)
- Sehen (Brustkorbbewegungen, Husten, Schlucken)
- Puls tasten (z.B. Carotis oder Leiste)

9. Wie machen Sie eine Bewusstseinskontrolle?

- ansprechen
- berühren
- Schmerzreiz setzen

10. Welche Gefahren drohen einem/r auf dem Rücken liegenden Bewusstlosen?

- Ersticken durch Zurücksinken der Zunge
- Ersticken durch Fremdkörper, Erbrochenes oder Blut

11. Welche Erste-Hilfe-Maßnahmen sind bei einem Menschen mit Atem-Kreislaufstillstand durchzuführen?

- Herzdruckmassage und Beatmung
- Frühdefibrillation
- Notruf

12. In welchem Rhythmus erfolgen Herzdruckmassage und Beatmung?

- 30 Herzdruckmassagen
- 2 Beatmungen

13. Wann spricht man von einer starken Blutung?

- wenn das Blut aus einer Wunde spritz oder stark fließt
- wenn innerhalb kurzer Zeit eine erhebliche Menge Blut verloren geht

14. Was sind die ersten Maßnahmen bei einer stark blutenden Wunde?

- Hochhalten
- Fingerdruck

15. Wie erfolgt die Blutstillung durch Fingerdruck?

- Verletzte/n hinsetzen oder hinlegen und wenn möglich verletzten Körperteil hochhalten
- keimfreie Wundauflage auf die stark blutende Wunde pressen
- Fingerdruck bis zum Eintreffen der Rettung beibehalten

16. Welche Maßnahmen dienen der Schockbekämpfung?

- rasche, exakte Blutstillung
- beruhigen und guter Zuspruch
- dem Zustand entsprechende Lagerung
- Schutz vor Wärmeverlust, Zudecken
- öffnen beengender Kleidungsstücke
- Wundversorgung
- zu tiefer, langsamer Atmung anhalten

17. Wie wird eine Wunde mit einem herausragenden Fremdkörper versorgt?

- Fremdkörper darf nicht entfernt werden
- keimfreie Wundauflage

18. Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Verätzung der Augen:

- Auge 10 - 15 Minuten mit reinem Wasser von innen nach außen spülen
- Schockbekämpfung und Notruf absetzen
- Auge keimfrei bedecken und Ruhigstellung beider Augen

19. Wie versorgt man eine Quetschung?

- Kalte Umschläge
- Ruhigstellung
- Hochlagerung des verletzten Körperteiles

20. Worauf ist bei Personen mit akuten Herzschmerzen und erhaltenem Bewusstsein zu achten? Verdacht Herzinfarkt?

- Absolutes Bewegungsverbot
- Lagerung mit erhöhtem Oberkörper (30°)
- Schockbekämpfung und Notruf

21. Welche Blutstillungsarten bei starker Blutung gibt es?

- Fingerdruck
- Druckverband
- Extremität hochlagern
- Abbinden

22. Was versteht man unter einem Kreislaufkollaps?

- versacken des Blutes in den Beinen
- Mangeldurchblutung des Gehirn
- massiver Blutdruckabfall
- kalter Schweiß, Blässe, Übelkeit