

WAS KÖNNEN SIE TUN, UM EINEM DRUCKGESCHWÜR VORZUBEUGEN?

Die beste Vorbeugung ist die Druckentlastung, bzw. sind häufige Lageveränderungen durch Bewegung. Daher ist – trotz der Unterstützung durch die Pflegekräfte – Ihre Hilfe und Kooperation unverzichtbar. Oft sind schon minimale Maßnahmen ausreichend, wie z. B. den Kopf drehen, leichte Lageveränderung der Arme und/oder Beine oder das Unterlegen von ganz flachen kleinen Kissen.

Der Rhythmus, in dem ein Positionswechsel notwendig wird, unterscheidet sich von Mensch zu Mensch. Einige Personen bekommen bereits nach zwei Stunden in einer Position Hautrötungen, die anderen können durchaus länger auf einer Stelle liegen.

Empfehlenswert ist die Seitenlage rechts und links im Wechsel: Hierbei liegen kaum Knochen auf; zudem wird diese Lage von kranken und bettlägerigen Menschen als bequem empfunden.

Spezielle Schaumstoffmatratzen, elektrisch betriebene Wechsellagermatratzen oder Spezialbetten sollten nur bei höchster Gefährdung eingesetzt werden. Wir raten von Wasserkissen, Luftringen für das Gesäß oder Schaffellen dringend ab.

Eine gute Hautpflege ergänzt die Vorbeugung. Bei trockener Altershaut empfiehlt sich eine Wasser-in-Öl-Hautlotion, zur Reinigung sollten seifenfreie Wachlotionen verwendet werden.

Die Haut wird auch geschützt, indem ein Reiben des Körpers über das Bettlaken vermieden wird. Achten Sie auf glatte Unterlagen und vermeiden Sie Staunässe durch feuchte Vorlagen, Hosen oder Unterlagen.

Eine ausgewogene Kalorienaufnahme und ausreichende Flüssigkeitszufuhr können zu einer guten Dekubitusprophylaxe beitragen.

HABEN SIE NOCH FRAGEN?

Ihre Bereichsleitung und Ihre Bezugspflegekraft informieren Sie gerne und stehen Ihnen bei diesem wichtigen Thema gerne mit Rat und Tat zur Seite.

Bitte sprechen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne!

INFORMATION FÜR BEWOHNER, BEWOHNERINNEN UND ANGEHÖRIGE



DEKUBITUSPROPHYLAXE WIE SIE DRUCKGESCHWÜREN VORBEUGEN KÖNNEN

Stempel der Einrichtung

LIEBE BEWOHNERIN, LIEBER BEWOHNER, LIEBE ANGEHÖRIGE,

ein Druckgeschwür (Dekubitus) gehört zu den gravierenden Gesundheitsrisiken bei pflegebedürftigen Menschen.

Mit dieser Broschüre möchten wir Sie über die Entstehung, Ursachen und vorbeugende Maßnahmen einer Dekubitus-Erkrankung informieren.

WAS IST EIN DEKUBITUS?

Das Wort „Dekubitus“ ist von dem lateinischen Begriff „decumbere“, „sich niederlegen“, abgeleitet, weshalb auch die deutsche Bezeichnung „wundliegen“ verwendet wird.

Dekubitus ist eine Schädigung der Haut und/oder des darunterliegenden Gewebes an einer bestimmten Stelle, in der Regel über knöchernen Vorsprüngen. Sie entsteht meist infolge von Druck oder Druck in Kombination mit Reibung (bzw. sogenannten Scherkräften).

WIE ENTSTEHT EIN DEKUBITUS?

Ein Dekubitus entsteht durch länger anhaltenden Druck auf ein und dieselbe Körperstelle. Dabei werden Blutgefäße zusammengedrückt, das Gewebe wird nicht mehr ausreichend durchblutet oder ernährt, und es sterben Zellen ab – die Folge ist ein schmerzhaftes Druckgeschwür.



WER BEKOMMT EINEN DEKUBITUS?

Gefährdet sind in erster Linie Menschen, die in ihren Bewegungen eingeschränkt sind. Gesunde Menschen bewegen sich fast ständig, auch wenn die Bewegung manchmal nur gering ist. Bewegungsunfähigkeit, bedingt durch Bettlägerigkeit oder eingeschränkte Eigenbewegung, ist daher die häufigste Ursache für die Entstehung eines Dekubitus.

Zusätzliche Risikofaktoren, die ebenfalls die Entstehung eines Druckgeschwürs begünstigen können:

- Durchblutungsstörungen
- schlechter Ernährungszustand
- starkes Über- oder Untergewicht
- Lähmungen
- Reibung durch Hin- und Herrutschen auf der Bettunterlage
- längeres Liegen in Nässe, z. B. bei unkontrolliertem Harnverlust

WELCHE KÖRPERSTELLEN SIND BESONDERS GEFÄHRDET?

Generell sind alle Körperstellen besonders gefährdet, an denen Knochen dicht unter der Haut liegen, wie z. B. das Kreuzbein (Gesäß), die Fersen, die Ellbogen, die Schulterblätter oder der Hinterkopf. Bei auf der Seite liegenden Patienten/-innen können auch Hüftknochen, Ohrmuscheln oder Fußknöchel stark gefährdet sein.

GRUNDSÄTZLICH GILT...

Bei guter Vorbeugung kann ein Dekubitus vermieden werden. Die besten Vorbeugungswege sind:

- Förderung der (Eigen-)Bewegung,
- Sitz- und Liegepositionen häufig wechseln und das Bett so oft wie möglich verlassen,
- für eine gute Hautpflegesorgen: Verwenden Sie Produkte mit mit Waschzusätzen, die einen PH-Wert von 5,5 besitzen, um den Säureschutzmantel der Haut zu erhalten.
- Trinken Sie ausreichend und achten Sie auf eine ausgewogene, eiweißreiche Ernährung.