

DEKUBITUS DRUCKGESCHWÜR

Gefahr erkennen und vorbeugen

Haut braucht Beobachtung und Pflege

- + Milde (ph-neutrale) Seifen und Waschmittel erhalten den Säureschutzmantel der Haut.
- + Beobachten Sie gefährdete Hautstellen:
Sind nicht wegdrückbare Rötungen aufgetreten?
- + Vermeiden Sie feuchte Haut (z.B. durch sorgfältiges Abtrocknen, Wechsel von Kleidung bei Schwitzen, Wechsel von Inkontinenzmaterial).
- + Verwenden Sie rückfettende Hautpflegeprodukte und atmungsaktive Bett- und Nachtwäsche

Ernährung

Eine ausgewogene Ernährung kann die Entstehung eines Dekubitus nicht verhindern, aber es können Risikofaktoren, wie z.B. ein schlechter Hautzustand, eingegrenzt werden. Außerdem fördert eine gesunde Ernährung den Heilungsprozess bei bereits bestehenden Hautdefekten. Sorgen Sie für eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung reich an Vitaminen, Spurenelementen und Eiweiß.

Vielleicht ist es notwendig, dass Sie bzw. Ihr Angehöriger eine spezielle Matratze oder weitere Hilfsmittel nutzen. Das Team der Familialen Pflege unterstützt Angehörige und kann innerhalb von sechs Wochen nach dem Krankenhausaufenthalt auch zuhause die Eignung Ihrer Hilfsmittel prüfen.

Sie erreichen die Pflegekräfte der Familialen Pflege per Mail (familialePflege@marienhospital-hamm.de) oder mittwochs unter der Telefonnummer (02381) 18-72372.

Außerdem stehen Ihnen die Pflegekräfte Ihrer Station zur Verfügung. Wenn Sie eine individuelle Beratung wünschen oder Fragen haben, sprechen Sie uns an, wir informieren Sie gerne!

St. Marien-Hospital Hamm gGmbH
Nassauerstraße 13-19
59065 Hamm

Stand 01/2108



Information für
Patienten und Angehörige

Sehr geehrte Patienten, sehr geehrte Angehörige,

an dieser Stelle möchten wir Sie über die Gefahr des „Wundliegens“ informieren. Sicher haben Sie schon einmal den Ausdruck „Dekubitus“ gehört oder gelesen – uns ist wichtig, Ihnen die Möglichkeiten der Vorbeugung näher zu bringen.

Denn: Einem Dekubitus können Sie vorbeugen!

Was ist ein Dekubitus?

Normalerweise befinden wir Menschen uns immer in Bewegung. Im Sitzen rutschen die meisten nach sehr kurzer Zeit hin und her oder strecken die Füße bzw. ziehen sie wieder an. Der Kopf bewegt sich von links nach rechts oder ein Arm beugt sich. Vollständiges Stillsitzen werden Sie bei keinem Menschen beobachten, auch wenn die Bewegungen oft unbewusst erfolgen.

Das ist auch gut so, denn jede kleine Veränderung der Position verhindert einen Dekubitus. Dieser entsteht dadurch, dass eine Hautstelle längere Zeit Druck aufgesetzt ist. Druck kann alleine durch bewegungsloses Sitzen zustande kommen: Das Gewicht des Oberkörpers „drückt“ dabei u. a. auf das Gesäß. Erfolgt keine Entlastungsbewegung, so werden die kleinen Blutgefäße „abgedrückt“ und damit die Haut schlechter mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Dies wiederum führt zum Absterben des Gewebes.

Das so entstandene Druckgeschwür ist eine chronische Wunde, die mit einer Hautrötung beginnt und im schlimmsten Fall bis auf den Knochen reichen kann.

Wo kann ein Dekubitus entstehen?

Ein Dekubitus kann an jeder Hautstelle entstehen. Stärkerer Gefahr sind jedoch die Stellen des Körpers ausgesetzt, die wenig „Schutz“ durch Muskeln und Fett vorweisen. Dort also, wo die Knochen nah unter der Haut liegen. Beispiele sind:

- + Wirbelsäule
- + Schulterblatt
- + Ellenbogen
- + Kreuzbein (Gesäß)
- + Trochanter (Hüfte)
- + Knie
- + Knöchel
- + Ferse

Aber auch die Ohrmuscheln sind gefährdet.

Gefahren erkennen – Risikofaktoren

Grundsätzlich gilt: In Gefahr ist jede Körperstelle, die sich nicht ausreichend bewegt. Auch ein Gipsverband kann Druckgeschwüre hervorrufen.

Weitere Risikofaktoren können dazu führen, dass es schneller zu einem Dekubitus kommt, dazu gehören:

- + vorgeschädigte Haut
- + schlechte Durchblutung, Diabetes
- + Feuchtigkeit (Schwitzen, Inkontinenz)
- + hohes Fieber
- + schlechter Allgemeinzustand (z.B. durch hohes Alter, Unterernährung, ungenügende Flüssigkeitsaufnahme)
- + Übergewicht
- + fehlende Schmerzwarnnehmung.

Hautrötung als erstes Zeichen

Ein Dekubitus beginnt immer mit einer Hautrötung, die auch nach längerer Druckentlastung noch vorhanden ist.

Tipp:

Üben Sie mit der Fingerkuppe leichten Druck auf die gerötete Hautstelle aus. Beobachten Sie anschließend die Stelle genau. Gesunde Haut färbt sich erst weiß, um dann bei der nächsten Pulswelle die Ausgangsfarbe anzunehmen. Kommt es nicht zu Weißfärbung der Hautstelle, dann liegt bereits ein Dekubitus vor.

Diese Hautstelle muss nun genau beobachtet werden und darf keinem Druck mehr ausgesetzt werden!

Was können Sie tun?

Bewegung

Bewegen Sie sich, so viel Sie können! Auch die kleinste Eigenbewegung (z.B. Ihres Arms oder Beins) hat positive Auswirkungen auf Ihren Körper! Versuchen Sie, das zu ersetzen, was nicht mehr möglich ist. Führen Sie beispielsweise den unbeweglichen Arm mit dem beweglichen. Bewegen Sie sich, soweit es Ihnen möglich ist!

Erst, wenn Sie sich alleine nicht mehr umdrehen können, muss es ein anderer für Sie übernehmen. Wichtig ist ein regelmäßiger Wechsel der Position aller Körperteile.

Dabei unterscheidet man zwischen „Makrobewegungen“ (Druckentlastung am gesamten Körper, z.B. durch Umdrehen im Liegen, Aufstehen, Hinsetzen) und „Mikrobewegungen“ (Bewegungen einzelner Körperteile, z.B. des Kopfes, eines Armes oder Beines).

Der Druck auf die Haut kann auch von außen ausgeübt werden. Deshalb:

- + Vermeiden Sie Falten (z.B. im Bettlaken).
- + Überprüfen Sie die Lage von Sonden oder Kathetern (aufliegende Hautstellen sollten regelmäßig gewechselt werden, Druck vermeiden).
- + Kontrollieren Sie den richtigen Sitz von Prothesen oder Schienen.