

Patienten  nah!

**Dekubitus / Druckwunden /
Liegewunden**

**Vorbeugung
Behandlung**

Wie hoch ist mein Risiko?

**Was kann ich zur Vorbeugung oder
Behandlung beitragen?**

St. Nikolaus-Hospital

Hufengasse 4-8

4700 Eupen

Tel. 087/599 599



Inhaltsverzeichnis

Einleitung.....	3
Was ist ein Dekubitus / Druckwunde / Liegewunde?.....	4
Wo kommen diese Wunden am häufigsten vor?.....	6
Wie hoch ist Ihr Risiko, eine solche Wunde zu bekommen?.....	7
Wie können Sie und Ihr Umfeld bei der Vorbeugung oder Behandlung mithelfen?.....	9

Einleitung

Werte Patienten, Angehörige und Besucher,

Haben Sie schon von Dekubitus, Druckwunden oder Liegewunden gehört? Möglicherweise kennen Sie eine Person, die solche Wunden hat. Dann wissen Sie vielleicht, dass dies viele Beschwerden für den Betroffenen verursachen kann. Außerdem fordert die Behandlung einer solchen Wunde oft hohen finanziellen Einsatz. Aber durch zeitige, angepasste Vorbeugemaßnahmen und Pflege, kann dies vermieden werden.

Gemeinsam werden wir daran arbeiten!

Diese Broschüre bietet Ihnen wichtige Informationen zur Entstehung, Vorbeugung und Behandlung.

Diese Tipps gelten natürlich ebenfalls für zu hause, denn auch dort können solche Wunden entstehen.

Was ist ein Dekubitus / Druckwunde / Liegewunde?

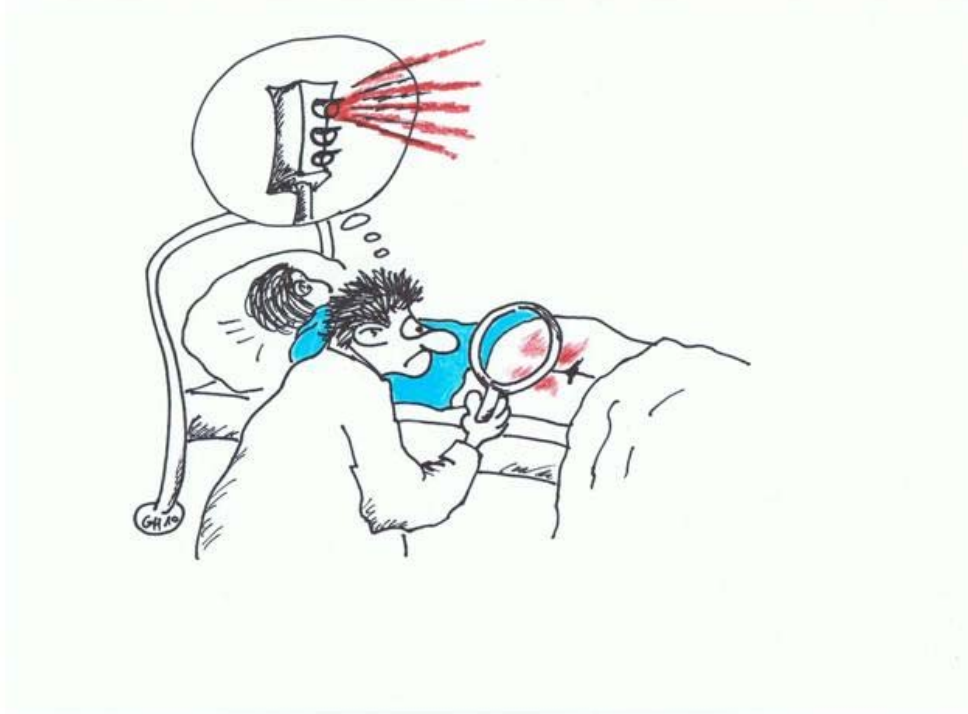
Ein Dekubitus ist eine Beschädigung der Haut und des darunterliegenden Gewebes infolge anhaltenden Drucks. Dadurch entsteht eine Minderdurchblutung des Gewebes wodurch Wunden entstehen. Diese sind meistens schmerzhaft und heilen nur sehr langsam.

Ein Dekubitus entsteht immer durch anhaltenden Druck des eigenen Körpergewichts oder durch äußeren Druck aufgrund von

- Beibehalten einer gleichen Position im Bett oder im Stuhl, ohne sich zwischendurch zu bewegen ODER
- Rutschen im Bett oder im Sessel, sodass sich die verschiedenen Schichten der Haut und der Muskeln verschieben (Scherkräfte) ODER
- Reibung der Haut über das Betttuch.
- Zu enge „Materialien“ am Körper wie z.B. Brille, Prothese, Strümpfe...

Wir unterscheiden beim Dekubitus 4 Stadien:

- Grad 1: Hautrötung bei unbeschädigter Haut



- Grad 2: Teilverlust der Haut, sichtbar durch Blase oder Hautabschürfung
- Grad 3: Schädigung aller Hautschichten bis auf den darunterliegenden Muskel
- Grad 4: Schädigung aller Hautschichten mit Zerstörung der darunterliegenden Muskeln, Knochen oder Sehnen

Wo kommen diese Wunden am häufigsten vor?

Jeder Mensch kann solche Wunden an allen Stellen des Körpers bekommen.

Die häufigsten Stellen sind jedoch das Gesäß und die Fersen. Aber auch andere Stellen sind möglich. Dies hängt von der Haltung ab.



in Rückenlage



im Sitzen, z. B. im Bett



in 90° Seitenlage



in Bauchlage



im Rollstuhl

Wie hoch ist Ihr Risiko, eine solche Wunde zu bekommen?

Normalerweise sorgt ein natürlicher Reflex des Körpers dafür, dass durch Bewegung anhaltender Druck auf eine Stelle aufgehoben wird. Zum Beispiel wenn Sie schlafen, werden Sie regelmäßig eine andere Haltung einnehmen.

Aber wenn Ihre Bewegung eingeschränkt ist (z.B. infolge einer Operation, einer Krankheit einer Lähmung oder einfach aufgrund von Schwäche), können die ersten Zeichen von Dekubitus schon nach 1-2 Stunden auftreten. Mögliche Anzeichen können sein: Kribbeln, Schmerzen, Juckreiz, Brennen ...

Das Risiko wird bestimmt durch die Anzahl bestehender Risikofaktoren und deren Schweregrad.

Risikofaktoren sind:

- eingeschränkte Bewegung
- Unfähigkeit, Urin und/oder Stuhlgang zu kontrollieren. Dies irritiert die Haut.
- Ein schlechter Ernährungszustand
Wenn Sie nicht genügend essen oder trinken können, werden die Haut und das darunterliegende Gewebe nicht mit den notwendigen Nahrungsbestandteilen versorgt. Dies kann die Entstehung von Dekubitus begünstigen.
- Eine schlechte Hautversorgung
Zu trockene oder zu feuchte Haut schädigen die Hautbarriere, was die Entstehung von Dekubitus ebenfalls begünstigt.

Wie können Sie und Ihr Umfeld bei der Vorbeugung oder Behandlung mithelfen?

Wenn Sie folgende Ratschläge beachten, tragen Sie einen großen Teil dazu bei, solche Wunden zu vermeiden oder deren Behandlung zu unterstützen:

Lagerung

- Vermeiden Sie, zu lange in der gleichen Haltung zu bleiben, ohne sich zu bewegen.
- Vermeiden Sie eine halbsitzende Haltung im Bett.
- Wenn Sie in einem (Roll)Stuhl sitzen, müssen Sie Ihre Haltung mindestens jede Stunde durch Verlagerung Ihres Gewichtes ändern. Dazu drücken Sie sich mittels der Armlehnen vom (Roll)Stuhl ab.
- Vermeiden Sie es, aus dem Bett oder (Roll)Stuhl zu rutschen. Achten Sie darauf, dass Sie beim Ändern der Position nicht mit der Haut über das Bettuch oder die Unterlage scheuern. Benutzen Sie den Galgen, um Ihr Körpergewicht zu verlagern.

Druckentlastung

- Wenn Sie auf dem Rücken liegen, sollten Sie ein Kissen unter die Waden legen, sodass Ihre Fersen die Matratze nicht berühren.



- Wenn Sie auf der Seite liegen, sollten Sie ein Kissen zwischen die Knie legen, damit diese nicht aufeinander drücken.

Ernährung

Essen Sie mindestens 3 Mahlzeiten pro Tag und trinken Sie mindestens 1,5 Liter Wasser pro Tag. Sollten Sie dies nicht machen können oder an Appetitmangel oder Gewichtsverlust leiden, fragen Sie nach unserer Ernährungsberaterin.



Hautpflege

Vermeiden Sie Irritationen durch zu trockene oder zu feuchte Haut. Benutzen Sie sanfte Seife und lauwarmes Wasser. Trocknen Sie sich nach dem Waschen gut ab, ohne viel zu reiben. Cremen sie sich ein aber ohne feuchte Stellen zu hinterlassen.



Beobachtung

Kontrollieren Sie Ihre Haut täglich auf Rötungen denn dies ist ein Alarmzeichen und muss Anlass zu weiteren Maßnahmen sein.



Bei bestehendem Dekubitus ist es wichtig, die Pflegerin zu benachrichtigen, wenn Sie Veränderungen bemerken (z.B. der Verband trägt aus).

4 Vorbeugeprinzipien

- 1. Druck vermeiden!**
- 2. Bewegung fördern!**
- 3. Ausreichende
Nahrungs- und
Flüssigkeitsaufnahme!**
- 4. Angepasste Hautpflege
und -beobachtung!**

Diese Broschüre wurde erarbeitet von der „Arbeitsgruppe Patientensicherheit“ des St. Nikolaus-Hospital Eupen im Dezember 2010. Die Bilder wurden gezeichnet von Guido Hermann, Mitarbeiter des St. Nikolaus-Hospitals Eupen.

Bei weiteren Fragen steht Ihnen das gesamte Betreuungsteam gerne zur Verfügung.