

Durch den Einsatz **druckreduzierender Systeme** (Matratzen oder Sitzkissen) wird der Auflagedruck verringert. Eine Beschaffung solcher Hilfsmittel kann je nach Gefährdungsgrad schon während des Aufenthaltes im Krankenhaus in die Wege geleitet werden. Wichtig ist, geeignete Systeme auszuwählen, da diese die Fähigkeit zur Eigenbewegung beeinträchtigen!

Bitte beachten Sie!

Positionswechsel sind auch auf diesen Systemen erforderlich!

Hautpflege!

Eine intakte Haut kann der Druckbelastung eher widerstehen, daher sollte auf eine gute Hautpflege geachtet werden.

Hier gilt das Prinzip: Weniger ist mehr!

- Seifen greifen den natürlichen Säureschutzmantel der Haut an, daher sollten druckgefährdete Hautpartien möglichst nur mit Wasser gereinigt und auch auf Reibungen verzichtet werden. Bei stärkeren Verschmutzungen bitte neutrale Waschzusätze (pH 5,5) verwenden und die Haut mit klarem Wasser nachwaschen.
- Keine durchblutungsfördernden Mittel (alkoholhaltige Produkte) auf die gefährdeten Partien aufbringen, denn sie trocknen die Haut aus.
- Bei trockener Haut Wasser in Öl-Emulsionen auftragen. Immer Lotionen verwenden, nie Pasten, weil diese aufgrund ihrer Konsistenz die Hautatmung beeinträchtigen!
- Bei Inkontinenz oder Schwitzen sollte auf eine gute Hautatmung geachtet werden. Möglichst atmungsaktive Inkontinenzartikel und Nacht- und Bettwäsche aus Baumwolle verwenden.

Ernährung

Eine ausgewogene Ernährung und ausreichende Flüssigkeitsaufnahme sind wichtig zur Vorbeugung von Druckgeschwüren und zur Förderung von Heilungsprozessen bei bereits bestehenden Hautdefekten.

Die Ernährung sollte reich an Vitaminen und Spurenelementen sein, den täglichen Eiweißbedarf decken und eine ausreichende Kalorienzufuhr gewährleisten.

Nahrungsergänzungsmittel (in Apotheken erhältlich) sind dann geeignet, wenn nur wenig Nahrung aufgenommen werden kann.

Sprechen Sie uns an

wenn Sie individuelle Beratung zur Vorbeugung von Druckgeschwüren wünschen, wir informieren Sie gerne!

Ihre Pflegefachkräfte
im Krankenhaus St. Joseph-Stift Bremen



Dekubitus

Druckgeschwüren vorbeugen

INFO-PFLO2-06.13



Krankenhaus
St. Joseph-Stift Bremen

Schwachhauser Heerstr. 54
(Haupteingang Schubertstraße)
28209 Bremen

Fon (0421) 347 0
Fax (0421) 347 1801

info@sjs-bremen.de
www.sjs-bremen.de



Krankenhaus
St. Joseph-Stift Bremen

Eine Einrichtung der
St. Franziskus-Stiftung Münster

**Informationsbroschüre
für Patienten und Angehörige**

Liebe Patientin, lieber Patient, liebe Angehörige,

nationale Expertenstandards sind von einem Expertengremium auf Bundesebene entwickelte Kriterien zu verschiedenen pflegerelevanten Themen, die bundesweit bindenden Charakter in allen Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen besitzen.

In Deutschland leiden ca. 1-1,5 Millionen Menschen an einem Druckgeschwür, das sich besonders im Alter, bei eingeschränkter Beweglichkeit und häufig bei Bettlägerigkeit ausbildet. Die Behandlung entstandener Wunden kann je nach Schweregrad Wochen bis hin zu Monaten dauern und verursacht erhebliche Schmerzen.

Wir möchten Sie mit dieser Information über Ursachen und Möglichkeiten zur Vorbeugung von Druckgeschwüren informieren. Wir bieten Ihnen an, geeignete Maßnahmen dazu bereits im Krankenhaus kennen zu lernen, damit Sie diese nach der Entlassung zu Hause sicher anwenden können.

Was ist ein Dekubitus?

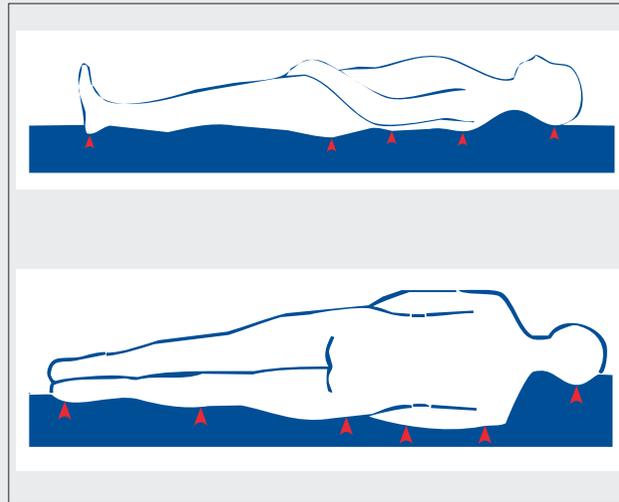
Ein Dekubitus ist eine Gewebeschädigung, die durch hohen und länger anhaltenden Druck entsteht. Das Blut in dem aufliegenden Bereich kann nicht mehr ausreichend zirkulieren, so dass das Gewebe nur noch unzureichend mit Sauerstoff versorgt wird. Ein Hautdefekt entsteht, der sich von oberflächlichen Hautschichten über die tiefer liegenden Bindegewebsschichten bis hin zu den Knochen ausweiten kann.

Welche Ursachen hat ein Dekubitus?

- Eingeschränkte Beweglichkeit
- Druck auf eine Körperstelle durch langes Liegen oder Sitzen in einer Position
- Verschieben der Hautschichten gegeneinander z.B. durch Ziehen des Körpers über die Unterlage
- Herabgesetzte Wahrnehmungsfähigkeit über die Haut (z.B. bei Lähmungserscheinungen)
- Flüssigkeitsmangel und unzureichende Nährstoffaufnahme
- Unter- oder Übergewicht

Wo entsteht ein Dekubitus?

Ein Dekubitus kann grundsätzlich an jeder Körperpartie auftreten; besonders gefährdet sind jedoch hervortretende Knochenvorsprünge an Hinterkopf, Schulterblättern, im Steißbereich und an den Fersen - in Rückenlage, sowie an Schläfen, Oberarmen, Hüftknochen, Knien und Knöcheln - in Seitenlage.



Was können Sie tun?

Eigenbewegung ist der beste Schutz zur Vorbeugung. Diese Bewegungsfähigkeit gilt es zu erhalten und entsprechend der eigenen Möglichkeiten zu fördern durch

- regelmäßigen Wechsel zwischen Liegen, Sitzen, Stehen, Gehen im Tagesverlauf,
- Bewegungsübungen (ggf. Physiotherapie),
- Mikrobewegungen, das sind kleinste Eigenbewegungen wie z. B. die Lage des Kopfes geringfügig zu verändern, die Position von Oberkörper, Hüfte, Armen oder Beinen zu verändern oder die Füße zu bewegen.

Regelmäßiger Positionswechsel - dabei so viel Körperoberfläche wie möglich aufliegen lassen:

30° Schräglage
rechts und links



Mikrolagerung - als kleine Positionsveränderungen im Liegen oder Sitzen - durch Unterlegen von kleinen Kissen unter Gesäß oder Schulterblatt oder durch den Einsatz von aufgerollten Handtüchern



Fersenfreilagerung

Regelmäßige Positionswechsel bewirken eine Gewichtsverteilung, sodass sich das belastete Gewebe erholen kann.

Die Intervalle sind abhängig von der Eigenbewegung und dem Hautzustand an den gefährdeten Stellen und dem Wohlbefinden in einer Position.



Tipp:

Zeigt sich eine Hautrötung, dann üben Sie mit der Fingerkuppe einen leichten Druck auf die gerötete Stelle aus. Beim Nachlassen des Druckes zeigt sich eine Weißfärbung der Haut, die sich mit der nächsten Pulswelle wieder rötet. Bleibt die Weißfärbung aus, dann liegt bereits ein Dekubitalgeschwür 1. Grades vor und wir empfehlen, eine Pflegefachkraft oder den Arzt zu informieren. In jedem Fall müssen nun häufiger Positionswechsel durchgeführt werden.