

Dieser Ratgeber richtet sich an die Klienten, die gefährdet sind eine Dekubitus zu entwickeln und deren Angehörige.

### **Was ist ein Dekubitus?**

Ein Dekubitus, auch Wundliegen oder Druckgeschwür genannt, ist eine chronische Wunde, die sehr unterschiedliche Größen erreicht und von den oberflächlichen Hautschichten über die tiefer liegenden Bindegewebsschichten bis hin zum Knochen reichen kann.

### **Warum entsteht ein Dekubitus?**

Bei der Entstehung der Wundfläche kommen unterschiedliche Faktoren zusammen: der Zustand der Haut, der Allgemeinzustand und die Beweglichkeit des Betroffenen und zusätzlich Reibung, Scherkräfte und Druck, die auf die Haut einwirken. Reibung bedeutet, dass sich zwei Oberflächen gegeneinander bewegen. Deshalb achten wir bei der Mobilisation darauf, dass diese für den Betroffenen hautschonend durchgeführt wird. Scherkräfte entstehen, wenn Druck und Bewegung zusammenwirken, beispielsweise wenn jemand, der sich selber nicht aufrichten kann, im Bett oder Stuhl nach unten gleitet. Wenn auf bestimmten Körperstellen über zu lange Zeit zu viel Gewicht lastet, werden die Haut und das darunter liegende Gewebe „gedrückt“. Dadurch kann das Blut in diesem Bereich nicht mehr ausreichend zirkulieren, das Gewebe wird nur noch unzureichend mit Sauerstoff versorgt und stirbt langsam ab. Es kann eine Wunde entstehen.

### **Wer ist besonders gefährdet, einen Dekubitus zu entwickeln?**

#### *ALTE UND UNBEWEGLICHE MENSCHEN*

Wenn der Betroffene sich nicht mehr selbst bewegen kann, besteht grundsätzlich immer das Risiko, einen Dekubitus zu entwickeln. Unter normalen Umständen sendet der Körper über das Nervensystem Signale (z. B. Schmerzen) aus, die anzeigen, dass auf einer Körperstelle zu viel Druck lastet. Der Körper antwortet dann mit unwillkürlichen Bewegungen, die zur Druckentlastung führen. Diese wichtigen Bewegungen können Schwerkranke oder sehr schwachen Menschen häufig nicht ausführen.

Sie können auch fehlen, wenn bestimmte Medikamente (zum Beispiel starke Schmerzmittel) eingenommen werden oder jemand an einer Krankheit leidet, die das Nervensystem beeinflusst. An dieser Stelle beginnen wir sofort mit unseren vorbeugenden Maßnahmen.

#### *MENSCHEN MIT DIABETES (ZUCKERKRANKHEIT)*

Diabetiker sind besonders gefährdet, da die Nerven meist nicht mehr richtig arbeiten, um die oben genannten Signale aussenden zu können.

Es kann zu einer Störung der Wahrnehmungsfähigkeit für zu übermäßigen Druck kommen, die Schmerzgrenze ist herabgesetzt oder aufgehoben. Der Körper spürt also den Schmerz gar nicht, der durch die Druckbelastung bei langem Liegen oder einem schlecht sitzenden Schuh entsteht, und versucht erst gar nicht, die betroffene Stelle zu entlasten. Deshalb achten wir verstärkt auf die Kontrolle der gefährdeten Körperstellen.

#### *DURCHBLUTUNG*

Besonders durch einen Dekubitus gefährdet sind alte und immobile Menschen. Wenn Betroffene an örtlichen oder allgemeinen Durchblutungsstörungen leiden, vergrößert ihr persönliches Risiko. Wie oben beschrieben, wird durch den Druck die örtliche Durchblutung gestört und das Gewebe nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt. FEUCHTE HAUT durch Inkontinenz oder starkes Schwitzen begünstigt die Entstehung eines Dekubitus. Wir führen regelmäßige Toilettengänge, Inkontinenzversorgungswechsel, Intimhygiene und Hautpflege durch. Auch Betroffene, die bereits einen Dekubitus haben oder hatten, unterliegen einem höheren Risiko für weitere Druckgeschwüre.

Man kann nicht sicher sagen, aus welchem Grund sowohl ein zu niedriges als auch ein zu hohes Körpergewicht ein Risiko für die Entwicklung eines Dekubitus darstellen. Tatsache ist aber, dass er bei über- bzw. untergewichtigen Menschen schneller auftritt. Wenn die Haut großem Druck ausgesetzt ist, wird sie von unseren Mitarbeitern auf jeden Fall täglich begutachtet. Nur so können die ersten Anzeichen eines Dekubitus frühzeitig erkannt und eine tiefere Wunde verhindert werden. Gefährdete Bewohner werden regelmäßig (mit der richtigen Hebe- und Lagerungstechnik) bewegt und umgelagert.

### **Welche Körperstellen sind besonders gefährdet?**

Generell sind besonders die Körperstellen gefährdet, an denen die Haut direkt über dem Kochen liegt. Besonders sorgfältig und regelmäßig werden deshalb folgende Stellen begutachtet: Ohrmuschel, Ellenbogen, Schulterblätter, Wirbelvorsprünge, Kreuzbein, Beckenknochen, Knie, Knöchel, Fersen, Zehen,

### **Wann ist die Haut besonders angreifbar?**

An den Stellen, an denen die Haut direkt über dem Knochen liegt, ist selbst eine gut durchblutete und reizlose Haut gefährdet, wenn sie starkem Druck ausgesetzt ist. Besonders angreifbar wird die Haut jedoch, wenn sie durch Schweiß, Wundsekrete, Urin oder Stuhl feucht ist. Die Hautfeuchtigkeit reizt und erweicht die Haut. So wird sie noch anfälliger für die Bildung eines Druckgeschwürs. Gute Körperhygiene mit besonderer Berücksichtigung der schlecht belüfteten Hautstellen wird zur Vorbeugung eines Dekubitus von unseren Mitarbeitern sichergestellt.

Zur täglichen Pflege

Bewegung ist die beste Prophylaxe!

Richtiges Lagern und regelmäßiges Umlagern ist sehr wichtig. Das Umlagern kann durch druckverteilende Unterlagen und andere Hilfsmittel nicht ersetzt werden. Falls möglich, sollte der Betroffene möglichst viele Bewegungen eigenständig machen und sein Körpergewicht günstig verteilen. Die ständige Ermunterung zur Bewegung ist ein wichtiger Teil der Vorbeugung. Eine 90°-Seitenlagerung (Halbseitenlagerung) wenden wir nicht an, denn dabei wird die Hautdurchblutung eher verschlechtert. 30°-Lagerung (Schräglage) dagegen ist erlaubt.

#### **Sitzen**

Wenn der Betroffene wieder mobiler werden soll, ist das Sitzen - zunächst auf der Bettkante und später im Stuhl - ein notwendiger Schritt. Es gibt aber leider noch keine Sitzkissen oder andere Hilfsmittel, die auch im Sitzen eine optimale Druckentlastung gewährleisten. Man gefährdet deswegen die empfindlichen Hautstellen weit mehr als im Liegen. Bei akuter Dekubitusgefahr gilt daher: Nicht länger als zwei Stunden am Stück im Stuhl sitzen!

### **Hautpflege**

Die Haut neigt bei älteren Menschen eher zur Trockenheit. Deshalb empfehlen wir zur Hautpflege Produkte, die der Haut Feuchtigkeit zuführen, sogenannte W/O-Präparate. Gänzlich ungeeignet sind Pasten auf Zinkbasis (weiße Pasten), und Produkte, die Fett (z.B. Melkfett) und Alkohol (z.B. Franzbranntwein) beinhalten, diese trocknen die Haut zusätzlich aus und führen zur Verschlechterung der Hautatmung.

### **Unterlagen**

Wenn die Gefahr besteht, dass sich ein Druckgeschwür entwickeln könnte, empfehlen wir ggf.

Wechseldruckmatratzen und andere druckverteilende Matratzen. Empfehlenswert sind auch so genannte „ROHO-Kissen“ Diese müssen allerdings vom Arzt verordnet und von der Krankenkasse genehmigt werden. Wir leiten die notwendigen Schritte ein.

### **Heilung und Rückfall**

Ein Druckgeschwür zur Abheilung zu bringen, erfordert große Sorgfalt und Geduld. Auch danach besteht an der betroffenen Stelle für lange Zeit ein erhöhtes Risiko für das Wiederauftreten des Dekubitus.

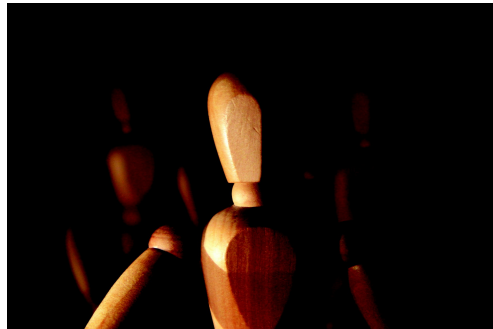
*Sie wünschen eine Beratung?*

*Rufen sie uns gerne an!*

*Ihr Pflegedienst*

*Lippert...*

*...für Sie im Einsatz!*



Telefon: 0591 / 807 40 99-0

Fax: 0591 / 6 76 74

Lindenstraße 1a. 49808 Lingen

## **Kurzinformation**



## **Dekubitusprophylaxe**

**„Ohne Druck kein Dekubitus!“**