

Welche Tipps können bei Dekubitus helfen?

Achten Sie auch auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr, eine ausgewogene Ernährung sowie auf die richtige Hautpflege!

Bei der Dekubitusprophylaxe können Sie bestimmte Faktoren berücksichtigen, um die Pflege für die Betroffenen möglichst angenehm zu gestalten.

Druckentlastung

Betten Sie die von Dekubitus betroffenen und gefährdeten Körperstellen auf weiche Unterlagen, um den Druck zu mindern. Durch diese Entlastung können Sie ein Druckgeschwür verhindern.

Umlagern

Verändern Sie regelmäßig die Lage des Bettlägerigen, zum Beispiel vom Rücken auf eine Seite. Eine Richtlinie, in welchen Abständen die Patienten umgelagert werden sollen, gibt es nicht. Üblich ist ein Intervall von zwei Stunden.

Ernährung

Im Alter verändert sich der Stoffwechsel. Daher sollten bettlägerige Menschen besonders auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten. Wichtig ist auch, dass Betroffene genug Eiweiß und Vitalstoffe zu sich nehmen.

Gewicht reduzieren

Mit zunehmendem Körpergewicht steigt die Druckbelastung auf einzelne Körperteile. Bei übergewichtigen Menschen kann eine moderate Gewichtsreduktion zu einem niedrigeren Dekubitusrisiko beitragen.

Hautpflege

Verzichten Sie bei der Hautpflege auf Duft- und Konservierungsstoffe. Greifen Sie auf hautneutrale Substanzen (pH-Wert 5,5) zurück. Trocknen Sie die Haut, insbesondere Hautfalten, sanft ab, indem Sie sie gründlich mit einem weichen Handtuch abtupfen.

Tipp: Fingertest

Ist bereits eine Hautrötung vorhanden, drücken Sie mit der Fingerkuppe mit leichtem Druck auf die gerötete Stelle. Beim Nachlassen des Druckes erscheint eine Weißfärbung der Haut, welche rasch wieder nachlässt.

Wenn diese Weißfärbung ausbleibt, liegt bereits ein Dekubitus 1. Grades vor.

Sie sollten sich dann unbedingt an eine Pflegefachkraft oder Ihren Hausarzt wenden. Entscheidend ist zudem nun ein regelmäßiger Positionswechsel, um die beanspruchte Hautstelle zu entlasten!

Haben Sie weitere Fragen oder Anmerkungen stehen wir Ihnen gerne beratend zur Seite.

Sprechen Sie uns einfach an!



Diakonie Pflegedienst Aurich gGmbH

📍 Bahnhofstraße 6 • 26603 Aurich

☎ Tel.: 0 49 41 / 95 91 91
Fax: 0 49 41 / 95 91 90

@ info@diakonie-aurich.de
www.diakonie-aurich.de

Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Druck und Design: PlanBen • www.plan-ben.de

Meine
DIAKONIE
mein Pflegedienst



Was ist ein
Dekubitus?
Wir klären auf!

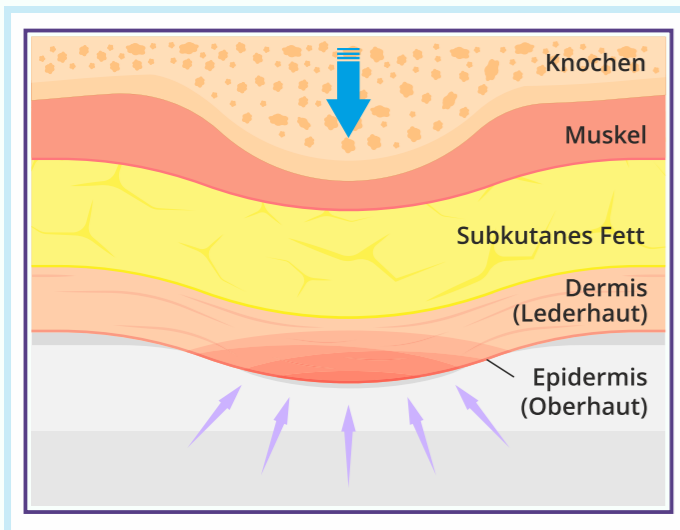
i **INFOBROSCHÜRE**
Für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

Liebe Betroffene, Angehörige und Interessierte,

in Deutschland erleiden 400 000 Menschen jährlich einen Dekubitus. Eine Behandlung einer solchen Wunde kann je nach Schweregrad Wochen bis Monate dauern und ist nicht selten mit erheblichen Schmerzen verbunden.

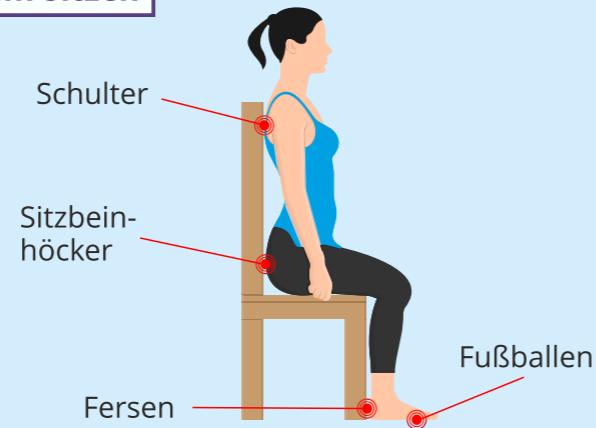
Was ist ein Dekubitus?

Ein Dekubitus ist eine Hautschädigung, die auftritt, wenn auf eine Hautstelle zu lange ein zu großer Druck ausgeübt wird. Deshalb wird ein Dekubitus auch als „Druckgeschwür“ bezeichnet. Im aufliegenden Gewebe wird die Haut nicht mehr mit Sauerstoff versorgt, da das Blut dort nicht ausreichend zirkulieren kann.

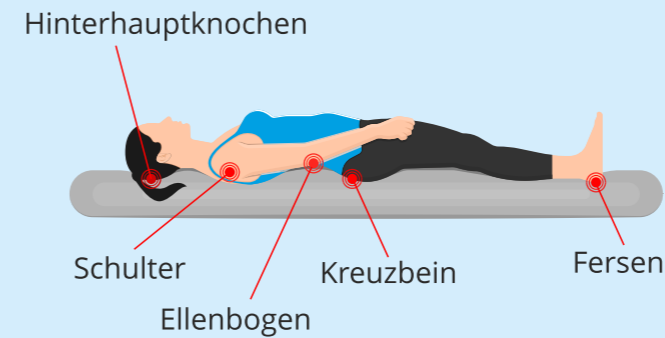


Es entsteht ein Hautdefekt, welcher sich von den oberflächlichen Hautschichten über das Bindegewebe bis hin zum Knochen ausweiten kann.

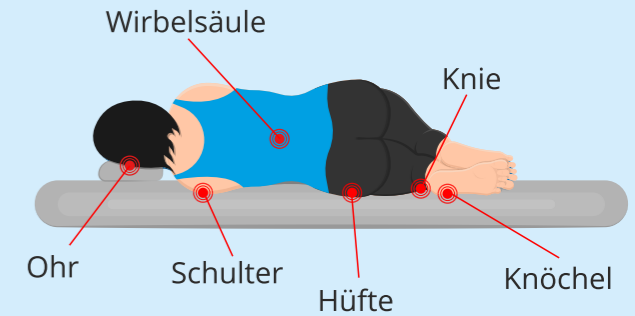
Im Sitzen



Liegend auf dem Rücken



Liegend auf der Seite



Wo kann ein Dekubitus auftreten?

Besonders gefährdet sind Körperregionen an hervorstehenden Knochenvorsprüngen wie Hinterkopf, Schulterblätter, der Steißbereich und Fersen in Rückenlage. Grundsätzlich ist es jedoch möglich, dass sich an jeder Körperstelle ein Dekubitus entwickeln kann.

Der beste Schutz zur Vorbeugung ist die Eigenbewegung zu fördern und zu erhalten! Integrieren Sie regelmäßige Wechsel zwischen Sitzen, Liegen, Gehen und Stehen in Ihren Tagesablauf.

Wenn sich eine Bettlägerigkeit nicht vermeiden lässt, ist konsequentes Umlagern unverzichtbar sowie eine regelmäßige Kontrolle Ihres Körpers auf Hautveränderungen.

Dekubitus behandeln

Entscheidend ist, die betroffene Hautregion sofort und konsequent von jedem Auflagendruck zu entlasten. Auch beim Waschen, beim Aufstehen aus dem Bett oder beim Hinsetzen darf die geschädigte Körperfläche auch kurzfristig keinem Druck ausgesetzt werden.

Darüber hinaus gibt es heute sehr fortschrittliche Wundauflagen. Diese werden auf die geschädigte Hautregion gelegt und mit einer Bandage fixiert. Oftmals ist es erforderlich, abgestorbenes Gewebe im Krankenhaus operativ zu entfernen.

Dennoch ist der Dekubitus eine sehr hartnäckige Erkrankung. Trotz optimaler Pflege- und Behandlung kann es Monate dauern, bis ein Geschwür wieder verheilt. Die Heilung dauert länger, wenn sich die offene Stelle entzündet.

Ursachen für einen Dekubitus

- Unter- oder Übergewicht
- eingeschränkte Beweglichkeit
- geringere Wahrnehmungsfähigkeit über die Haut, z. B. bei bewusstlosen oder gelähmten Personen
- die Haut ist über einen längeren Zeitraum großer Feuchtigkeit ausgesetzt, z. B. Schwitzen bei Fieber; Inkontinenz
- langes Sitzen oder Liegen in einer Position erhöht den Druck auf aufliegende Körperstellen
- unzureichende Nährstoffaufnahme und Flüssigkeitsmangel

