

Wie kann man einem Dekubitus vorbeugen?

Bewegung

Gefährdete Personen sollten sich, sofern es ihnen möglich ist, viel selbst bewegen und Positionswechsel im Sitzen und Liegen regelmäßig durchführen. Die Zeitabstände zwischen Positionswechseln kann man nur individuell bestimmen, da die Risikofaktoren bei jedem Einzelnen sehr unterschiedlich sind. Beobachten Sie außerdem Körperstellen, die eine noch wegdrückbare Rötung aufweisen, intensiver.

Hautreinigung und Hautpflege

Die Haut sollte sauber und trocken gehalten werden. Benutzen Sie ein mildes pH-neutrales Mittel zur Reinigung, das den Säureschutzmantel der Haut nicht beschädigt.

Ernährung

Sie sollten auf eine ausreichende Flüssigkeits- und Nährstoffzufuhr achten. Besonders eiweißhaltige Nahrungsmittel (z.B. Fisch, Eier, Milchprodukte) sind wichtig.

Stand Juli 2019

Was kann ich als Angehöriger tun?

Bieten Sie Ihre Unterstützung an!

Priorität haben vor allem die Positionswechsel, die die meisten Betroffenen nicht mehr ohne Hilfe durchführen können. Beobachten Sie gefährdete Körperstellen.

Auch wenn wir alle in diesem Infoblatt enthaltene Informationen sorgfältig zusammengestellt haben, sind Fehler nicht auszuschließen. Wir wären Ihnen für Hinweise und Verbesserungsvorschläge sehr dankbar.

Haben Sie weitere Fragen zum Thema? Sprechen Sie uns gerne auf Station an!

Ihr Städtisches Krankenhaus Kiel

Das „Druckgeschwür“ Ein Informationsblatt für Betroffene und Angehörige



Liebe Patientin, lieber Patient, sehr geehrte Angehörige,

Ein Druckgeschwür (= Dekubitus) ist eine häufige Komplikation bei Pflegebedürftigen, die vielleicht auch Sie betrifft oder betreffen könnte.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen kurz und knapp die wichtigsten Informationen zu diesem Thema näher bringen.

Was ist ein Dekubitus?

Ein Dekubitus ist eine **Haut- und/oder Gewebeschädigung**. Eine solche Schädigung tritt oftmals dort auf, wo zwischen Knochen und Haut wenig Muskel- und Fettgewebe ist, wie beispielsweise an Schulterblättern oder Fersen. Ein Dekubitus kann aber auch an allen anderen Körperregionen auftreten.

Wie entsteht ein Dekubitus?

Ein Dekubitus entsteht, wenn **zu lange zu großer Druck auf eine bestimmte Körperregion ausgeübt wird**, wie z.B. beim Sitzen auf einem Stuhl. Das Gewebe beider Gesäßhälften wird dabei zusammengedrückt und **schlecht durchblutet**, besonders im Bereich der Sitzbeinhöcker.

Nährstoffe und Sauerstoff können die betroffene Region nicht erreichen, Stoffwechselprodukte können nicht abtransportiert werden. Dieser Vorgang kann auf Dauer zum **Absterben des Gewebes** führen.

Wer ist gefährdet?

Normalerweise verändert ein Mensch unbewusst seine Sitz- oder Liegeposition in regelmäßigen Abständen, auch während des Schlafes. Es folgt also auf eine Druckbelastung der Haut auch immer eine Druckentlastung, so kann kein Dekubitus entstehen.

Ist man aber nun in **seiner Bewegungsfähigkeit eingeschränkt oder insgesamt geschwächt**, z.B. durch eine Erkrankung, erfolgt eine Druckentlastung erst nach längerer Zeit oder überhaupt nicht. Ein erhöhtes Risiko haben somit vor allem Menschen, die sich gar nicht oder nur wenig ohne fremde Hilfe bewegen können.

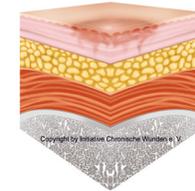
Weitere Risikofaktoren sind:

Durchblutungsstörungen, hohe Hautfeuchtigkeit (z.B. durch Inkontinenz), hohes Lebensalter, Empfindungsstörungen (z.B. durch Diabetes) und schlechter Ernährungszustand.

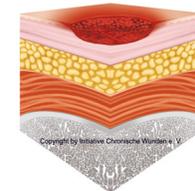
Wie sieht ein Dekubitus aus?

Ein Dekubitus lässt sich in 4 Kategorien einteilen:

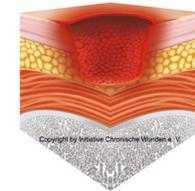
Kategorie 1: Hautrötung, die sich nicht wegdrücken lässt



Kategorie 2: die Haut ist teilweise zerstört, es können sich Blasen gebildet haben



Kategorie 3: vollständige Zerstörung der Haut, die bis zum Fettgewebe reicht, es können sich Taschen gebildet haben



Kategorie 4: es sind Sehnen und Muskeln zu erkennen, Taschenbildung ist auch hier möglich

