



Ein starkes Team an Ihrer Seite.

Jan Grote

Examiniertes Gesundheits- und Krankenpfleger,
Pflegeberater des bpa

Antje Wendemuth

Examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerin,
Pflegeberaterin des bpa

Katja Schwuchow

Examinierte Altenpflegerin,
Pflegeberaterin des bpa

Für weitere Infos erreichen Sie uns gern in unserem Büro oder besuchen Sie uns in unserem Beratungszentrum am Altwarmbüchener Marktplatz. Haben Sie Fragen zum Kostenträger? Wir sind immer für Sie da.

Pflegezentrum Grote GmbH

Opelstraße 28

30916 Isernhagen

Bürozeiten:

Fax: 0511 / 90 11 820

Mo-Do. 8-16.30 Uhr

Email: info@pzg24.de

Fr. 8-14.00 Uhr

Telefon: 0511 / 90 11 80
www.pflegezentrum-grote.de

Wie lässt sich ein Dekubitus vermeiden?

- ✓ **Bettlägerigkeit verhindern**
wann immer es möglich ist!
- ✓ **30-Grad-Lagerung mindestens alle 2 Stunden:**
Die Lagerung ist die beste Vorbeugung! Dadurch wird das Gewicht des Menschen auf eine größere Fläche verteilt, der Auflagedruck auf einzelne Körperstellen wird somit geringer.
- ✓ **Fersenfreilagerung:**
Wenn man die Fersen frei lagert, dann regt das die Blutzirkulation an und bildet eine stabile Basis für die unteren Extremitäten.
- ✓ **Gewichtsverteilung beachten**
- ✓ **Lagerung bzw. regelmäßiges Umlagern:**
Wenn sich eine Bettlägerigkeit nicht vermeiden lässt, ist konsequentes Umlagern unverzichtbar. Betroffene werden in regelmäßigen Abständen gebeten, die Lage im Bett zu verändern. Wenn Sie nicht in der Lage sind, sich aus eigener Kraft zu drehen, werden wir Sie dabei unterstützen.
- ✓ **Matratzenauflagen oder Spezialmatratzen**
- ✓ **Gefährdete Stellen und Hautveränderungen kontrollieren:**
Um Rötungen der Haut sofort zu erkennen, sollten die Körperstellen regelmäßig kontrolliert werden. Daher ist es unverzichtbar, Ihren Körper regelmäßig auf Hautveränderungen zu überprüfen bzw. überprüfen zu lassen.
- ✓ **Keine Fremdkörper im Bett!**
Legen Sie Utensilien und harte Gegenstände stets auf dem Beistelltisch ab.

- ✓ **Lagerungshilfsmittel**
können gefährdete Hautregionen entlasten. Vor allem Kissen eignen sich als zusätzliche Auflagefläche. Gefährdete oder bereits geschädigte Hautbereiche liegen dann nicht mehr direkt auf der Matratze.
- ✓ **Gesunde Ernährung, genug Flüssigkeit:**
Sie benötigen neben Vitaminen, Spurenelementen und Mineralien vor allem eine eiweißreiche Kost und genug Flüssigkeit um einen schlechten Zustand und eine Austrocknung der Haut vorzubeugen (mind. 1,5 l pro Tag).
- ✓ **Einbeziehung in die Körperpflege:**
Dadurch ist eine zusätzliche Mobilisation gegeben.
- ✓ **Haut gut abtrocknen:**
Feuchte Haut begünstigt die Entstehung eines Dekubitus.

Häufige Fehler

- ✗ nicht straff gezogene Betttücher oder Falten in der Kleidung bzw. des Inkontinenzmaterials
- ✗ Verwendung von Alkohol (z. B. Franzbranntwein ohne Öl)
- ✗ Verwendung von Fetten, z. B. Vaseline
- ✗ Kleine Gegenstände oder Essenskrümel im Bett/Sessel/Rollstuhl
- ✗ zu lange Bewegungs-/Lagerungsintervalle des Patienten
- ✗ Ziehen oder Schieben im Bett/Rollstuhl
- ✗ lange Verweildauer von verschmutzten Inkontinenzprodukten



PFLEGEZENTRUM
GROTE GMBH



Gesundheitsinformation

„Dekubitus“ Entstehungsursachen und Prophylaxe

Um Diagnosen wie z. B. Dekubitus vorzubeugen, sind wir auf Ihre Unterstützung angewiesen. Wir haben daher die wichtigsten Informationen für Sie zusammengestellt. Informationsblätter zu weiteren Themen überreichen wir Ihnen gern.

Was ist ein Dekubitus?

Ein Dekubitus, auch Wundliegen oder Druckgeschwür genannt, ist eine mit dem bloßen Auge erkennbare Schädigung der Haut und der darunter liegenden Gewebeschichten, die durch äußere Druckeinwirkung entsteht, d. h. wenn auf eine Hautstelle zu lange ein zu großer Druck ausgeübt wird. Deshalb wird ein Dekubitus auch als „Druckgeschwür“ bezeichnet.

Wenn wir liegen oder sitzen, ruht das gesamte Körpergewicht auf einer relativ kleinen Hautfläche. Bei gesunden Menschen ist das kein Problem, da der Körper über eine „Automatik“ verfügt, die dafür sorgt, dass wir unsere Position regelmäßig verändern. Jede Liege- oder Sitzposition wird irgendwann ungemütlich. Wir drehen uns dann mal auf die rechte und dann auf die linke Körperseite. Die belastete Hautfläche kann sich in dieser Zeit regenerieren.

Bei schwerkranken Menschen fehlt diese Warnfunktion häufig. Sie merken nicht, dass sie seit längerem ihre Position nicht mehr verändert haben. Oder es fehlt die Körperkraft, um sich beispielsweise zur Seite und danach wieder zurück auf den Rücken zu drehen. In der Folge wird die Haut über Stunden einem großen Auflagedruck ausgesetzt.



Punktuelle Belastungen bei langem Liegen oder Sitzen in einer Position begünstigen die Bildung eines Dekubitus.

Durch den Druck werden die kleinen Adern „abgeklemmt“, die die Haut mit Sauerstoff und mit Nährstoffen versorgen. Dauert die Unterbrechung länger als zwei Stunden, sterben die Zellen ab. Totes Gewebe vergiftet den Körper und ist zudem der ideale Nährboden für Bakterien.

Wie erkennt man einen Dekubitus?

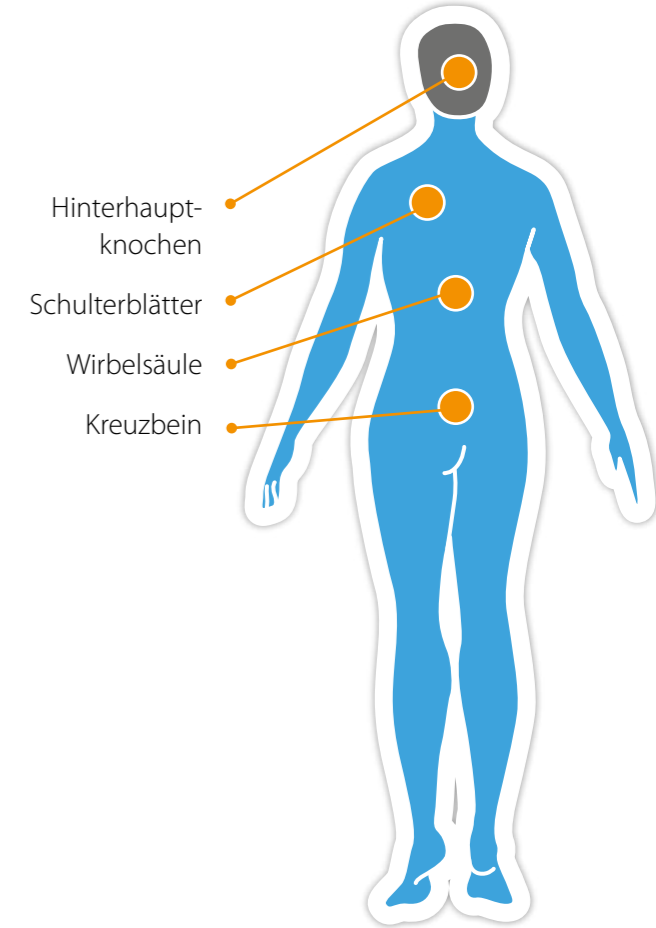
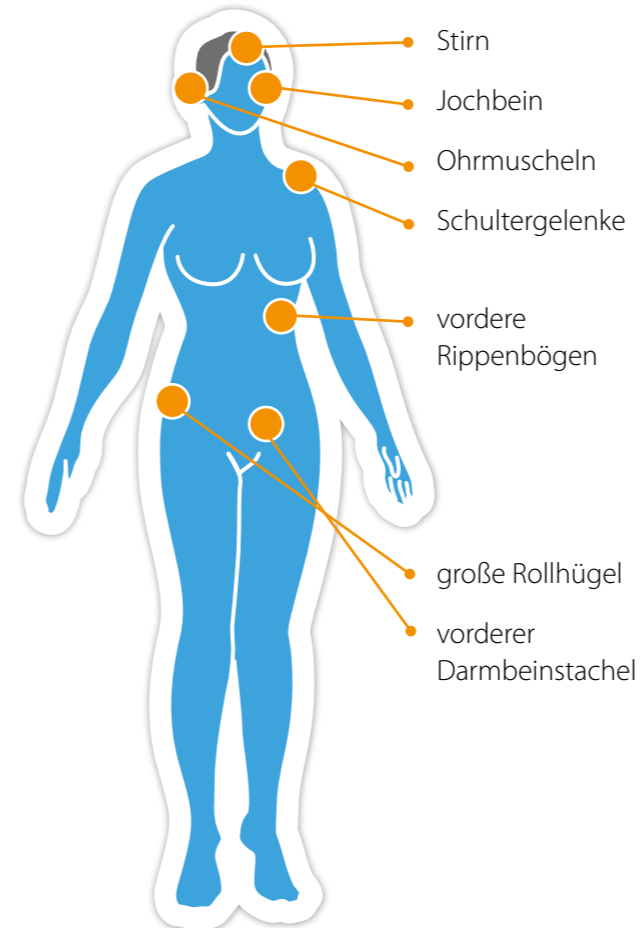
Ein erstes Anzeichen ist eine Rötung der Haut, hier ist der „Fingertest“ sehr hilfreich: Bei punktuellen Druck mit einem Finger auf die Haut verblasst die Rötung an dieser Stelle und nimmt im Gegensatz zu gesunder Haut zuerst gar nicht und dann nur sehr langsam wieder die Farbe der umgebenden Rötung an.



Ein Dekubitus kann sämtliche Gewebeschichten von der Haut bis zum Knochen betreffen. Auch bei kleinen, unscheinbaren Auffälligkeiten an Risikostellen sollte sofort eine Druckentlastung vorgenommen werden.

Welche Stellen sind gefährdet?

Besonders gefährdet sind die Stellen, an denen die Haut dem Knochen unmittelbar anliegt. Die Schaubilder zeigen besonders gefährdete Bereiche des Körpers.



Lässt sich ein Dekubitus immer verhindern?

„Nein. Selbst wenn alle Vorsorgemaßnahmen penibel umgesetzt werden, kann es dennoch zu einem Dekubitus kommen. Dieses vor allem, wenn der Betroffene unter Krankheiten wie z. B. Durchblutungsstörungen leidet. Dekubitusvorsorge ist hier besonders wichtig!“