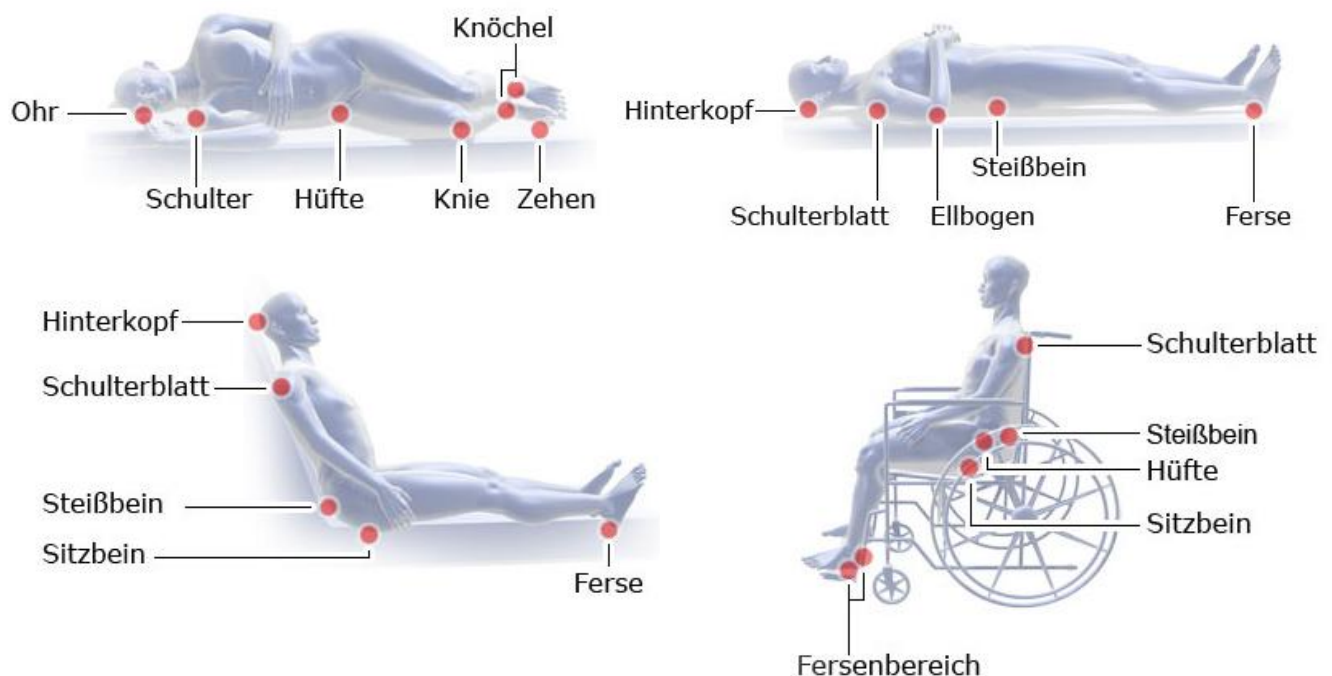


## Beratung zur Dekubitusprophylaxe

Sehr geehrte/r \_\_\_\_\_,  
sehr geehrte Angehörige,

Durch viel Sitzen oder Liegen erhöht sich das Risiko für ein Druckgeschwür(Dekubitus). Das ist eine Wunde, die durch äußeren Druck oder Scherkräfte auf die Haut entsteht. Hohe Scherkräfte wirken auf die Haut z.B. beim Hochziehen im Bett oder im Sessel ein. Ein Dekubitus entsteht fast immer an Stellen, wo sich Knochen direkt unter der Haut befinden. Dazu zählen Steiß, Fersen, Hüften, Schulterblätter, Knöchel, Ellenbogen, Ohr und Hinterkopf.



### Das Aussehen des Druckgeschwüres:

- **Grad 1:** Die Haut ist rötlich verfärbt, auch wenn kein Druck auf ihr lastet. Sie ist eventuell wärmer als sonst, aber noch intakt.
- **Grad 2:** Die Haut ist oberflächlich beschädigt, entweder in Form einer Blase oder einer Abschürfung.
- **Grad 3:** Alle Hautschichten sind zerstört, und es zeigt sich eine tiefe Wunde, eventuell bis zu den Muskelschichten. Teile der Haut können auch abgestorben sein (Nekrose).
- **Grad 4:** Ein großer Teil des Gewebes ist zerstört und abgestorben. Die Schädigung kann Muskeln und Knochen einschließen.
- **Uneinstufbarer Dekubitus** bei vollständigem Verlust des Gewebes und der Haut, Beläge beeinflussen die Beurteilung
- **Dekubitus unbekannter Tiefe** bei rotbraun oder violett verfärbter Haut, darunterliegendes Gewebe ist vermutlich geschädigt

Ein Dekubitus kann sehr schmerzhaft sein und heilt nur langsam.

Risikofaktoren:

- Diabetes (Zuckerkrankheit)
- Lähmungen z.B. durch einen Schlaganfall
- Untergewicht/Übergewicht
- Körperliche Schwäche / Auszehrende Krankheiten wie Krebs
- Fehlende Eigenbewegungen z.B. durch Krankheiten, die das Gehirn betreffen (Demenz)
- Stuhl- und Harninkontinenz (Haut weicht auf)

Vorbeugende Maßnahmen:

- gefährdete Körperstellen entlasten/weich oder hohl lagern
- Bettlaken faltenfrei/Katheter- und Sondenschlauch abpolstern
- spezielle Matratzen/Sitzkissen nutzen
- regelmäßiges Umlagern/Drehen im Bett und Mikrolagerung
- gute Hautpflege und regelmäßige Kontrolle des Hautzustandes
- geeignete Inkontinenzhilfen
- das Bett so oft wie möglich verlassen
- ausreichende Trinkmenge und angepasste Ernährung (Eiweiß und Vitamine)



Hohllagerung der Ferse mit gefaltetem Handtuch

Bei Bettlägerigkeit beachten

- zur besseren Übersicht Lagewechsel notieren!
- Kissen zur Unterstützung sparsam einsetzen!
- Schwitzen vermeiden!

Mikrolagerung

Kleine Kissen werden für jeweils 30 Minuten unter einen Oberschenkel gelegt, dann wird die Seite gewechselt. Das gleiche gilt für bettlägerige Patienten. Hier können die Kissen auch unter die Schultern und das Gesäß gelegt werden.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich gerne an die Mitarbeiter der Kirchlichen Sozialstation Elsenzthal e.V.

Dieses Merkblatt wurde Ihnen überreicht durch:

\_\_\_\_\_ am: \_\_\_\_\_



Prof.-Kehrer Str.14 74909 Meckesheim  
 Tel. 06226/2099 Fax 06226/992866  
 www.sozialstation-elsenzthal.de

Quellen: Gesundheitsinformation.de - Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)