



Dekubitus vermeiden, frühzeitig erkennen und mit entsprechenden Hilfsmitteln behandeln!

Informationen für Betroffene und Angehörige



Was ist ein Dekubitus?

Ein Dekubitus oder auch Druckgeschwür ist eine lokal begrenzte Schädigung der Haut verschiedener Schweregrade, die hauptsächlich durch einen über einen längeren Zeitraum anhaltenden Druck auf eine Körperregion entsteht.

Wie und wo entsteht ein Dekubitus?

Gesunde Menschen wechseln im Liegen oder im Sitzen häufig die Position, weil die bisherige Haltung unbequem geworden ist und bestimmte Körperstellen anfangen zu schmerzen.

Wenn auf die Haut bestimmter Körperstellen zu lange zu viel Körpergewicht lastet, wird die Durchblutung in dieser Region vermindert. Als Folge der schlechten Durchblutung stirbt das Gewebe ab und eine Wunde entsteht, die die oberen Hautschichten betrifft oder bis ins tiefere Gewebe, oft bis zu den Knochen, reichen kann.

Besonders gefährdet sind alle Hautstellen, an denen Knochen sichtbar unter der Haut liegen und diese maximal belastet werden können, wie z. B. im Bereich der Sitzbeinhöcker oder der Schultern.



in Rückenlage



im Sitzen, z. B. im Bett



in 90° Seitenlage



in Bauchlage



im Rollstuhl

Primäre Entstehungsorte für Dekubitus in verschiedenen Körperpositionen

Quelle: IGAP - Institut für Innovationen im Gesundheitswesen und angewandte Pflegeforschung e.V. - www.igap.de - www.dekubitus.de

Wer ist gefährdet einen Dekubitus zu bekommen?

Jeder, der durch Krankheit oder Behinderung vollständig oder teilweise in seiner Bewegungsfähigkeit eingeschränkt ist und vorwiegend sitzt oder liegt. Dies trifft insbesondere auf behinderte, ältere Menschen zu.

Weitere Risikofaktoren sind:

- > **Unbeweglichkeit** (z. B. durch Unfall, Operationen, Erkrankungen)
- > **Vorgeschädigte Haut** (z. B. trockene, rissige Haut)
- > **Durchblutungsstörungen**
- > **Feuchtigkeit** (Schwitzen, unwillkürlicher Urinabgang = Inkontinenz)
- > **Reibung und Schwerkräfte**
- > **Fehlende Schmerzempfindung**
- > **Übergewicht**
- > **Kachexie**

Wie erkennt man einen Dekubitus?

Druckgeschwüre beginnen mit einer Hautrötung, die auch nach längerer Druckentlastung nicht verschwindet. Mit dem sogenannten "Fingertest" kann überprüft werden, ob bereits eine Hautschädigung vorliegt.

Dafür wird der Finger kurz auf die gerötete Hautstelle gedrückt. Wenn die Haut nicht beschädigt ist, färbt sich die gedrückte Stelle weiß und wird anschließend wieder rot. Bei einem beginnenden Dekubitus tritt die Weißverfärbung nicht ein – die Stelle bleibt rot. Wenn die Hautoberfläche eine geschlossene oder geöffnete Blase aufweist, spricht man bereits von einem vorgeschrittenen Stadium der Hautschädigung.

Dekubitusprophylaxe

Es muss eine regelmäßige Druckentlastung der belasteten und gefährdeten Stellen vorgenommen werden. Dies erfolgt durch häufige Sitz- oder Lagewechsel, mindestens alle 30 Minuten! **Bewegungsförderung und regelmäßige Positionswechsel sind die beste Vorbeugung.**

Betroffene sollten sich je nach Eigenbewegung so oft wie möglich bewegen und ihre Position im Sitzen oder im Liegen verändern! (Auch kleine Bewegungen haben große Wirkung, z. B. Gesäß anheben, Arm- / Beinposition wechseln).

Angehörige / Pflegekräfte sollten betroffene Personen bei der regelmäßigen Bewegung unterstützen, animieren bzw. umlagern.

> **Regelmäßige Druckentlastung** durch Einsatz von Hilfsmitteln (z. B. Antidekubitus-Sitzkissen oder -Matratzen)

> **Hautpflege** ist sehr wichtig, da gesunde Haut weniger Dekubitus gefährdet ist als vorgeschädigte und ältere Haut. Die Vermeidung von Feuchtigkeit durch Schweiß, Wundsekrete, Urin und Stuhl ist essentiell.

> **Gesunde Ernährung** kann ein Druckgeschwür nicht verhindern, schützt aber davor. Deshalb sollte jeder Mensch ausreichend Flüssigkeit zu sich nehmen (1,5 bis 2 Liter täglich) und Übergewicht vermeiden.

Welche Hilfsmittel gibt es?

Für die Versorgung eines Dekubitus bzw. zur Vorbeugung der Entstehung eines Dekubitus bei einem bestehenden erhöhten Risiko gibt es entsprechende Hilfsmittel wie Antidekubitus-Sitzkissen für den sitzenden Patienten bzw. adäquate Matratzen- und Auflagesysteme zur Dekubitusprophylaxe und -therapie für den liegenden Patienten. Sie bewirken entweder eine möglichst gleichmäßige Verteilung des Auflagedruckes auf die ganze, auf dem Hilfsmittel aufliegende Körperfläche oder sie verkürzen, mit Hilfe von verschiedenen druckentlastenden Materialien (z. B. Luft, Fluid), die Zeit, die der Druck auf das Gewebe einwirkt.

Betroffene oder Angehörige können den Pflegedienst aktiv auf das Dekubitus Risiko ansprechen und erfragen, welche Hilfsmittel zur Dekubitusprophylaxe es gibt. Der Spitzenverband der gesetzlichen Krankenkassen hält für Anfragen ein Hilfsmittelverzeichnis bereit.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich gerne persönlich an uns.

Ansprechpartner:



Dr. T. Hirsch
Chefarzt
Plastische Chirurgie



Dr. S. Stenske
Oberarzt
Plastische Chirurgie



I. Röder
Oberarzt
Plastische Chirurgie

Sekretariat: Frau L. Sander

Telefon: 0251 3287-441

Fax: 0251 3287-445

pl-chir@fachklinik-hornheide.de

www.fachklinik-hornheide.de