

Wie beuge ich einem Dekubitus vor?



Ausreichende Bewegung hilft ein Druckgeschwür zu vermeiden.

Bewegung, Hautpflege, Ernährung

Eine ausreichende Bewegung beugt einem Dekubitus vor. Wenn Sie oder Ihre Angehörigen aus Krankheitsgründen überwiegend im Bett liegen, können Sie durch regelmäßige Lagerungswechsel einem Druckgeschwür vorbeugen.

Außerdem ist es wichtig, die Haut sauber, trocken und geschmeidig zu halten.

Eine ausgewogene und eiweißreiche Ernährung, sowie eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr fördern die Gesundheit Ihrer Haut. Zu allen vorbeugenden Maßnahmen beraten wir Sie gerne.

Sollten Sie noch weitere Fragen zum Thema Dekubitusvorbeugung haben, wenden Sie sich jederzeit vertrauensvoll an unser Pflegepersonal.

Wir beraten Sie gern!

Pflege tut gut



Eine Kampagne der BBT-Gruppe
www.pflegेतutgut.de

Das Katholische Klinikum Koblenz · Montabaur

Marienhof Koblenz

Rudolf-Virchow-Str. 7–9
56073 Koblenz
Tel.: 0261 496-0
Fax: 0261 469-3042



Brüderhaus Koblenz

Kardinal-Krementsz-Str. 1–5
56073 Koblenz
Tel.: 0261 496-0
Fax: 0261 469-6260

Brüderkrankenhaus Montabaur

Koblenzer Str. 11–13
56410 Montabaur
Tel.: 02602 122-0
Fax: 02602 122-709



BBT-Gruppe
Mit Kompetenz und Nächstenliebe
im Dienst für die Menschen

info@kk-km.de, www.kk-km.de

Gemeinsam für Ihre Gesundheit ...



Wie vermeide ich ein Druckgeschwür?

Patientenratgeber
zur Dekubitusvorbeugung



**Katholisches Klinikum
Koblenz · Montabaur**

Was ist ein Dekubitus?

Sehr geehrte Patienten, sehr geehrte Angehörigen,

die Entstehung eines Dekubitus ist ein häufig auftretendes Problem, das jährlich ca. 400 000 Menschen in Deutschland betrifft. Besonders gefährdet sind Menschen, die in ihrer Bewegung eingeschränkt sind z.B. durch Alter, Operationen oder Krankheit.

Mit dieser Broschüre möchten wir Sie über die Entstehung, Ursachen und vorbeugende Maßnahmen informieren.

Was ist ein Dekubitus?

Ein Dekubitus wird im Volksmund als Druckgeschwür oder Wundliegen bezeichnet. Dieser entsteht durch eine längerfristige äußere Druckeinwirkung, die mit einer Hautschädigung einhergehen kann.



Dekubitus Grad 1 an der Ferse

Man unterteilt den Dekubitus in vier Schweregrade:

- **Grad 1** = dauerhafte Rötung, noch geschlossene Haut (siehe Fingerdrucktest bei Prophylaxe)
- **Grad 2** = oberflächige Hautabschürfung und/oder Blasenbildung
- **Grad 3** = Verlust aller Hautschichten und Absterben des Unterhautfettgewebes
- **Grad 4** = tiefe, nicht heilende Wunde mit Schädigung benachbarter Strukturen, wie z.B. Knochen, Sehnen und Muskeln

Wie und wo entsteht ein Dekubitus?

Wie entsteht ein Dekubitus?



Durch hohen und lang anhaltenden Druck auf einen Körperbereich (z.B. durch Bettlägerigkeit) werden die Haut und das darunterliegende Gewebe zusammengepresst.

Dadurch kommt es zu Durchblutungsstörungen, die zum Absterben des Gewebes führen können. Ein Druckgeschwür entsteht.

Wo entsteht ein Dekubitus?

Ein Dekubitus kann grundsätzlich an allen Körperstellen entstehen.

Besonders gefährdet sind die Körperregionen, an welchen wenig schützendes Fettgewebe vorhanden ist.

Die häufigsten Belastungspunkte sind Steißbein, Ferse und Hüfte.

Ohrmuschel

Hinterkopf

Schulterblätter

Oberarmkopf

Ellenbogen

Beckenkamm

Hüfte

Steißbein

Knie

Knöchel

Fersen

Zehen



Die 30° Seitenlagerung dient der Druckentlastung einer Körperseite und der besonders gefährdeten Hautbereiche. Somit wird dort einer Dekubitusentstehung vorgebeugt.

Was macht Sie zum Risikopatienten?

Besonders gefährdet sind Menschen, die bettlägerig sind und ihre Position nur unzureichend oder gar nicht mehr eigenständig verändern können.

Weitere Faktoren erhöhen das Risiko:

- hohes Lebensalter
- Bewusstlosigkeit
- Körperwahrnehmungsstörungen (z.B. Lähmungen)
- Unter- oder Übergewicht
- zu wenig Flüssigkeitszufuhr
- sehr feuchte Haut (z. B. durch starkes Schwitzen)
- Stoffwechselerkrankungen (z.B. Diabetes mellitus = Zuckerkrankheit)
- Durchblutungsstörungen
- langes Sitzen

So erkennen Sie einen Dekubitus frühzeitig

Kontrollieren Sie regelmäßig gefährdete Hautareale auf Rötungen. Stellen Sie eine Rötung fest, so drücken Sie mit einem Finger auf diesen Hautbereich. Sollte die Rötung verbleiben, besteht bereits ein Dekubitus Grad 1.