

Druckgeschwüre / Dekubitus

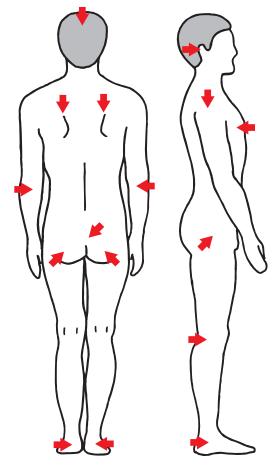
➤ Erkennen. Vorbeugen. Verhindern.

Ein Druckgeschwür entsteht, wenn über einen längeren Zeitraum Druck auf eine bestimmte Körperstelle ausgeübt wird. Dabei werden Blutgefäße zusammengedrückt und das Körpergewebe wird nicht mehr ausreichend mit Nährstoffen versorgt. Dadurch sterben Zellen ab und es entsteht ein schmerzhaftes Druckgeschwür. Wann durch steten Druck auf eine Körperstelle ein Geschwür entsteht, ist von Mensch zu Mensch verschieden.

➔ Wie erkenne ich ein Druckgeschwür?

Ein Druckgeschwür, in der Fachsprache heißt es Dekubitus, kann von den oberen Hautflächen bis zum Knochen reichen. Körperstellen, an denen die Haut direkt über dem Knochen liegt, sind besonders gefährdet.

Warnzeichen sind Rötungen der Haut, die nach Fingerdruck weder verblassen noch verschwinden. In diesem Fall liegt bereits eine Druckschädigung der Haut vor und es sollte sofort eine Ärztin oder ein Arzt konsultiert werden.



➔ Wer ist besonders gefährdet?

Gesunde Menschen bewegen sich fast ständig, meist unbewusst, auch im Sitzen und im Liegen während des Schlafes. Dies verhindert Druckstellen wirksam. Deshalb muss bei Menschen, die sich nicht mehr eigenständig bewegen können, sehr achtsam vorgebeugt werden. Auch schon kleinere Lähmungen, schlechte Durchblutung, mangelhafte Ernährung und Nässe bei Inkontinenz können zu Druckgeschwüren führen.

→ Wie kann man vorbeugen?

Wichtig ist es, dass erkrankte Menschen möglichst lange versuchen, ihre Beweglichkeit zu erhalten. Entweder selbstständig oder mit Hilfe einer Pflegeperson sind schon kleine Übungen hilfreich: Den Kopf drehen – Lage der Arme und Beine verändern – flache, kleine Kissen unterlegen. Mindestens alle zwei Stunden sollte der Körper in eine neue Position gebracht werden. Dazu gibt es verschiedene Lagerungstechniken.

Hinweis: Bei akuter Dekubitusgefährdung erstellen unsere Pflegefachkräfte einen **Bewegungsplan**, der die Bedürfnisse und Risikofaktoren der Betroffenen berücksichtigt. Antidekubitus- Hilfsmittel, wie Schaumstoffmatratzen, Gelauflagen, Luftkissen etc. kann eine Hausärztin oder ein Hausarzt verordnen.

→ Wie schützt man die Haut?

Mit milden, pH-neutralen Waschzusätzen und rückfettenden Hautlotionen kann man der Austrocknung und damit der Verletzung der Haut vorbeugen. Nässe bei Inkontinenz muss vermieden werden.

Bei der Körperpflege kann besonders genau beobachtet werden, ob es erste Warnzeichen für Druckstellen gibt.

→ Welche Ernährung hilft vorbeugen?

Wichtig sind Vitamine aus frischem Obst und Gemüse sowie Eiweiß aus Milchprodukten und Fleisch. Außerdem sind mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit täglich für die Erhaltung eines intakten Gewebes notwendig.

Hinweis: Bei der Ernährung gilt es, eine Vielzahl an medizinischen Gesichtspunkten zu berücksichtigen. Diese werden mit der behandelnden Ärztin oder dem Arzt abgestimmt.

Dieses Merkblatt dient der weiteren Information nach der Pflegeberatung.

Gerne stehen wir Ihnen für weiterführende Gespräche zur Verfügung.

Telefonberatung: 0800 60 70 110

Onlineberatung: www.awo-pflegeberatung.de



| awo-pflegeberatung.de