

Info

Dekubitus- prophylaxe

Patienten- Informationen aus Ihrer Diakoniestation

 mehralsPflege

Diakoniestationen

der Evangelischen Kirche in Kassel



Druckgeschwüre sind vermeidbar

Eine Information für gefährdete Menschen und ihre Angehörige



Dekubitus – was ist das?

■ Als Dekubitus bezeichnet man ein Druckgeschwür, das durch einen länger anhaltenden Druck die Haut und das darunter liegende Gewebe schädigt. Dieser Druck kann unter anderem ausgelöst werden durch Bettlägerigkeit, durch das Sitzen im Rollstuhl, durch das Tragen von Prothesen oder Bruchbändern, durch eng sitzendes Schuhwerk oder auch durch Fremdkörper wie zum Beispiel Katheter. Je nachdem, wie lang dieser Druck auf die Haut einwirkt, kann es zu einer Störung der Durchblutung mit mangelndem Sauerstoffaustausch in der betroffenen Hautpartie kommen. Schlimmstenfalls kann dies zu einer Zerstörung des Gewebes bis hin zum Zelltod (Nekrose) führen.

Falls es zu der Entstehung eines Dekubitus kommt, unterscheiden Pflegefachkräfte und Ärzte für eine wirkungsvolle Behandlung vier Schweregrade. Damit Ihnen und Ihren Angehörigen das „Schicksal Dekubitus“ mit all seinen zum Teil schwerwiegenden Folgen erspart bleibt, haben wir in dieser Informationsbroschüre wirkungsvolle Maßnahmen aufgeführt, die einer Dekubitusentstehung vorbeugen sollen. Auf diese Weise leisten wir einen Beitrag zur Pflege und Betreuung von dekubitusgefährdeten Menschen und stehen Ihnen selbstverständlich für Fragen oder Anmerkungen gern zur Verfügung.

Risiken richtig einschätzen

■ Die Hauptursache für die Entstehung eines Dekubitus ist eine eingeschränkte oder fehlende Eigenbewegung (Immobilität). Dadurch ist der Betroffenen nicht mehr in der Lage, den Druck der innerhalb eine gewissen Zeit entsteht, auszugleichen. Die nebenstehende Checkliste kann Ihnen helfen, Ihre Aufmerksamkeit auf weitere wichtige Risikofaktoren zu richten, damit Sie überprüfen können, ob Sie oder Ihr Angehöriger dekubitusgefährdet sind.

Beim Umlagern und Heben ist es wichtig, auf die richtige Hebe- und Lagerungstechnik zu achten, um eine Verletzung der Haut zu vermeiden. Wenn Sie sich unsicher sind, fragen Sie die Pflegefachkräfte der Diakoniestationen.

Checkliste: Prüfen Sie Ihr Dekubitus-Risiko

- Haben Sie eine empfindliche, leicht verletzbare Haut **Ja**
- Trinken Sie weniger als 1,5 Liter pro Tag? **Ja**
- Sind Sie häufig krank? **Ja**
- Können Sie Ihren Urin oder Stuhlgang nicht mehr kontrolliert ausscheiden? **Ja**
- Leiden Sie an Übergewicht? **Ja**
- Leiden Sie an Untergewicht? **Ja**
- Ist Ihre Ernährung sehr einseitig und unausgewogen? **Ja**
- Leiden Sie an einer Stoffwechsel-Krankheit oder an einer neurologischen Erkrankung (z. B. Diabetes mellitus, Schlaganfall o. ä.) **Ja**
- Nehmen Sie Medikamente gegen Schmerzen, Unruhezustände oder Schlafstörungen ein **Ja**
- Sind Sie in Ihrer Beweglichkeit eingeschränkt? **Ja**
- Schwitzen Sie häufig? **Ja**

Mehrere Ja-Antworten = erhöhtes Dekubitus-Risiko

Was man bei Dekubitusgefahr nicht tun sollte



■ Folgende Hilfsmittel sollten zur Dekubitusprophylaxe nicht eingesetzt werden:

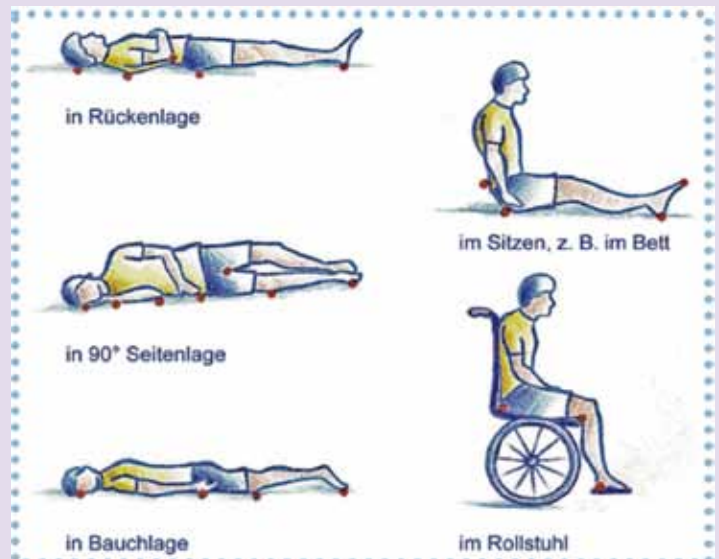
- Hohllagernde Ringe (Sitzringe)
 - Wassermatratzen
 - Watteverbände
 - Felle
- Auch bei der Hautpflege sollten Sie auf die nachfolgenden Maßnahmen bzw. Substanzen **verzichten**:
- Wärmeaktiven Salben (z. B. ABC-Salbe®).
 - Alkoholische Einreibungen (z. B. mit Franzbranntwein) trocknen die Haut aus.
 - Massage der gefährdeten Hautpartien können zu Verletzungen führen.
 - Reine Fettprodukte (z. B. Babyöl, Vaseline, Melkfett) verstopfen die Poren und verhindern den Wärmeaustausch.
 - Zinkpaste und farbige, quecksilberhaltige Lösungen.

An welchen Körperstellen ein Dekubitus entstehen kann

■ Ein Dekubitus entsteht bevorzugt an Körperstellen, an denen Knochenvorsprünge nur geringfügig durch Muskel- und Fettgewebe abgepolstert sind.

Besonders gefährdete Körperstellen sind zum Beispiel:

- **In der Rückenlage** Kreuz- und Steißbein, Fersen, Hinterkopf, Schulterblätter oder Wirbelkörper der Wirbelsäule.
- **In der Seitenlage** Ohren und Wangenknochen, Außenseite des Oberschenkels, Innen- und Außenseiten des Kniegelenks, Fußknöchel und seitliche Rippenanteile.
- Bei der seltenen **Bauchlage** sind besonders Kniescheiben, Schienbein, Rippenbögen, vorderes Schultergelenk und die Stirn gefährdet.
- **Im Sitzen** ist besonders der Bereich der Sitzbeinhöcker gefährdet.



Dekubitus: Richtig vorbeugen

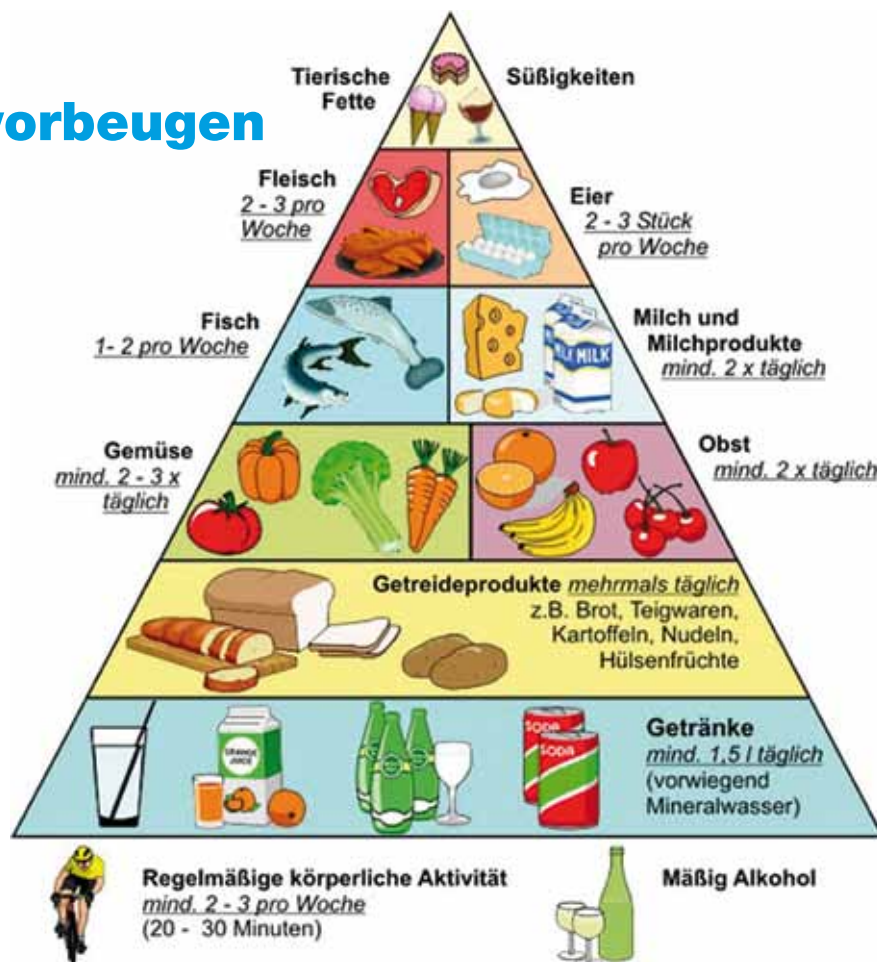
■ Am besten ist es, wenn ein Dekubitus gar nicht erst entsteht. Um einem Druckgeschwür wirkungsvoll vorzubeugen, sind verschiedene aufeinander abgestimmte, aktivierende Maßnahmen notwendig.

Die wichtigsten sind die Mobilisierung (Bewegungsförderung), die richtige Lagerung, Druckentlastung, Hautpflege, Ernährung sowie ein gutes Bettklima. Damit Sie selbst oder als Angehöriger möglichst schnell einschätzen können, ob ein Dekubitus vorhanden ist, zeigen wir Ihnen gern den sogenannten Fingertest. Fragen Sie bitte die Mitarbeiterinnen der Diakoniestation.

Mobilität, also die Fähigkeit, sich in der eignen Umgebung frei bewegen zu können, ist für das Wohlbefinden und die Gesundheit eines Menschen äußerst bedeutsam. Weil Bewegung im Kopf anfängt, gehört die geistige Aktivierung zu den übrigen **Maßnahmen der Bewegungsförderung**. Diese sind:

- **Richtige Lagerung:** Der Betroffene wird in regelmäßigen Zeitabständen in eine andere Position gebracht, um die gefährdeten Körperstellen zu entlasten.
- Durchführung von **Bewegungsübungen:** Auch kleinste Schwerpunkt- und Lageveränderungen der Gelenke sind wichtig, weil sie zu einer Druckverteilung führen.

Ernährungs-
pyramide:
Eine vollwertige,
abwechslungs-
reiche Ernährung ist die
Voraussetzung
zur Erhaltung
der Gesundheit
und zur
Überwindung
von Krankheiten



- **Geistige Anregung** des Betroffenen: zum Beispiel durch Gespräche, fernsehen, Zeitung lesen.

Bei der **Hautpflege** sollten Sie darauf achten, dass der Wasser-Fett-Mantel, der Säureschutzmantel und die normale Hauttemperatur nicht beeinträchtigt werden. Von daher sollte die Hautreinigung vorzugsweise mit klarem, nicht zu heißem Wasser erfolgen.

Bei starken Hautverschmutzungen sollten möglichst **pH-neutrale Waschsubstanzen** verwendet werden. Für die allgemeine Pflege trockener Haut kommen ausschließlich Wasser-in-Öl (W/O) Präparate in Frage. Falls Sie sich bei der Auswahl unsicher sind, fragen Sie die Pflegefachkräfte Ihrer Diakoniestation.

Eine ausgewogene **Ernährung** kann die Entstehung eines Dekubitus nicht verhindern, aber sie hat einen positiven Einfluss auf den Hautzustand und die Wundheilung. Eine vollwertige, abwechslungsreiche Ernährung (siehe Ernährungspyramide) ist die Voraussetzung zur Erhaltung der Gesundheit und zur Überwindung von Krankheiten. Dazu gehört auch eine ausreichende **Trinkmenge** von mindestens 1,5 Liter über den Tag verteilt.

Im Rahmen der vorbeugenden Maßnahmen sollten Sie auch an das richtige **Bettklima** denken. Eine extreme Feuchtigkeit im Bett ist nicht nur unangenehm, sie kann auch zum Aufquellen der obersten Hautschicht führen und damit eine

Dekubitusentstehung begünstigen.

Neben **Inkontinenzmaterialien** (Materialien zum Schutz bei unkontrolliertem Harn- und Stuhlabgang) können auch atmungsinaktive Nacht- und Bettwäsche zu einer vermehrten Schweißproduktion führen und somit das Bettklima verschlechtern.

Achten Sie deshalb darauf, Inkontinenzmittel regelmäßig zu wechseln und beim Kauf der Wäsche auf **Naturfasern**, wie zum Beispiel Baumwolle, Seide oder Schurwolle. Die Matratze hat ebenfalls einen großen Einfluss auf das Bettklima und sollte möglichst die Feuchtigkeit gut aufnehmen sowie luftdurchlässig sein.

Die richtigen Hilfsmittel

■ Zur Unterstützung der vorbeugenden Maßnahmen gibt es spezielle Antidekubitus-Hilfsmittel. Das Angebot reicht von einfachen Lagerungskissen bis hin zu teuren Spezialbetten.

Alle Hilfsmittel basieren jedoch auf dem selben Wirkungsprinzip: Der Druck, der auf gefährdete Hautstellen einwirkt, soll gemindert werden.

Dies kann auf zwei unterschiedliche Arten erreicht werden. Zum einen kann der Druck der gefährdeten Körperstelle auf eine größere Auflagefläche verteilt werden. Zum anderen wird dafür gesorgt, dass der Druck nur über einen kurzen Zeitraum einwirkt.

Daraus ergeben sich dann drei Antidekubitus-Hilfsmittel-Gattungen:

1. Weichlagerungssysteme



Spezielle Schaumstoffmatratzen vergrößern die Auflagefläche des

Körpers. Es muss darauf geachtet werden, dass der Betroffene genügend Halt auf der Matratze findet und nicht in seinen Feinbewegungen eingeschränkt wird.

2. Wechseldruck-Systeme



lichen Luftkissen, die abwechselnd mit Luft aufgepumpt und

entlastet werden. Als negative Begleiterscheinung kann sich der Muskeltonus des Betroffenen erhöhen, bis hin zur Spastik. Das Bettlaken

Auch bei der Nutzung von Anti-Dekubitus-Hilfsmitteln ist eine kontinuierliche Umlagerung des Betroffenen unumgänglich. Allerdings kann der Zeitabstand eventuell verlängert werden.

darf bei diesen Systemen nur locker aufgelegt werden, außerdem muss die Einstellung des Systems regelmäßig überprüft werden.

3. Micro-Stimulations-Systeme

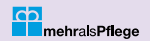


können durch kleine Bewegungen die Eigenbe-

wegung des Betroffenen erhalten und fördern. Sie bieten dem Körper eine einheitliche Auflagefläche und führen somit zur gleichmäßigen Druckverteilung. Besonders gut geeignet für Menschen nach einem Schlaganfall, mit Schmerzen, einer Querschnittslähmung oder bei Demenzkranken.

Lassen Sie sich in Ihrem Sanitätshaus beraten!

Ansprechpartner



Diakoniestationen

der Evangelischen Kirche in Kassel

Zentrale Rufnummer

Tel. 31 31 03

Diakoniestation Kassel-West

Ahrensbergstr. 21 A
34131 Kassel
Tel. (05 61) 9 38 79 - 0

Diakoniestation Kassel-Nord

Mombachstr. 30, 34127 Kassel
Tel. (05 61) 8 80 07 - 0

Pflegeteam Baunatal

Dürerstr. 12, 34225 Baunatal
Tel. (05 61) 4 91 65 96

Häusliche Kinderkrankenpflege

Ahrensbergstr. 21 A
34131 Kassel
Tel. (05 61) 9 38 79 - 25

Diakoniestationen Kassel gemeinnützige GmbH

Lutherplatz 6
34117 Kassel
Tel. (05 61) 7 07 36 - 0
Fax (05 61) 7 07 36 - 23
www.diakoniestationen-kassel.de

Zusatzleistungen der Diakoniestation

- Für pflegende Angehörige bieten wir Schulungen in der Häuslichkeit an, die in der Regel von der Pflegekasse bezahlt werden und Ihnen die häusliche Pflege und Betreuung erleichtern sollen. In Kooperation mit der Barmer Ersatzkasse führen wir an verschiedenen Standorten, kostenfreie Kurse „Zu Hause pflegen“ durch.
- Wir bieten Ihnen Unterstützung in Form von zusätzlichen Betreuungsleistungen zu angemessenen Preisen an. Falls Sie einen Pflegebedürftigen mit einem erheblichen Betreuungs- und Beaufsichtigungsbedarf (zum Beispiel demenzkranke Menschen oder Kinder mit besonderen Pflegesituationen) pflegen, können Sie diese Leistungen auch über die Pflegeversicherung abrechnen.



mehral'sPflege

Diakoniestationen

der Evangelischen Kirche in Kassel

Impressum | Herausgeber: Kundeninfo der Diakoniestationen der Evangelischen Kirche in Kassel gemeinnützige GmbH
Lutherplatz 6 | 34117 Kassel | Tel. (05 61) 7 07 36 - 0 | Fax - 23
info@diakoniestationen-kassel.de | www.diakoniestationen-kassel.de

Redaktion: Hansjürgen Falk-Dietrich, Margarethe Fankhauser, Martin Müller, Geschäftsführer (verantwortlich)

Fotos: Fotolia

Schlussredaktion, Layout: Lothar Simmank, www.redbuero.de

Herstellung: Druckerei Hesse GmbH

Vertrieb: Kostenlos erhältlich bei Ihrer Diakoniestation