

Wir wünschen Ihnen Gesundheit!

Ihr Kompetenzzentrum Pflege

Gesundheitsinformation

Dekubitusrisiko

Wenn Sie Fragen haben, steht Ihnen Ihr Landesverband gerne zur Verfügung:

Landesverband Berlin e.V.

Alfred-Jung-Str. 17
10367 Berlin

Tel: 030 / 30 86 92 0
Fax: 030 / 27 92 46 9

www.volkssolidaritaet.de/berlin

Landesverband Sachsen e.V.

Arndtstr. 4
01099 Dresden

Tel: 0351 / 43 11 01 0
Tel: 0351 / 42 11 02 9

www.volkssolidaritaet.de/sachsen

Landesverband Brandenburg e.V.

Benzstr. 10
14482 Potsdam

Tel: 0331 / 70 42 31 0
Fax: 0331 / 70 42 31 20

www.volkssolidaritaet.de/brandenburg

Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.

Leipziger Str. 16
39112 Magdeburg

Tel: 0391 / 60 88 60
Tel: 0391 / 60 88 61 10 9

www.volkssolidaritaet.de/sachsen-anhalt

Landesverband Mecklenburg-Vorpommern e.V.

Platz der Jugend 15
19053 Schwerin

Tel: 0385 / 58 15 59 5
Fax: 0385 / 58 15 59 6

www.volkssolidaritaet.de/mecklenburg-vorpommern

Landesverband Thüringen e.V.

Magdeburger Allee 31
99086 Erfurt

Tel: 0361 / 51 15 96 70
Fax: 0361 / 51 15 96 80

www.volkssolidaritaet.de/thueringen

Hinweis:

Die in den „Gesundheitsinformationen“ erteilten Auskünfte beruhen auf dem aktuellen Kenntnisstand und dienen der unverbindlichen Unterstützung im Alltag. Sie ersetzen jedoch nicht das Aufsuchen eines Arztes oder Apothekers. Auf Basis der Informationen können weder Diagnosen gestellt, noch Therapien eingeleitet werden.



Altenpflege
Krankenpflege
Gesundheitspflege
Kinderkrankenpflege
Häusliche Versorgung
Stationäre Versorgung

Volkssolidarität LV Brandenburg e.V.
Referat Pflege (Andreas Heil / Birgit Mohr)
Benzstraße 10
14482 Potsdam

Durchwahl: 0331 - 70 42 31 - 12
Zentrale: 0331 - 70 42 31 - 0

Internet: www.volkssolidaritaet.de/brandenburg/

Was ist ein Dekubitus?

Ein Dekubitus ist eine durch länger anhaltenden Druck entstandene Schädigung der Haut und des darunter liegenden Gewebes. Man unterscheidet beim Dekubitus vier Schweregrade:

- **Grad 1** ist eine scharf begrenzte Rötung ohne Hautschädigung, die auch nach einer zweistündigen Druckentlastung nicht verschwunden ist. Mittels eines Fingerteste lässt sich ebenfalls prüfen, ob es sich bei der Rötung bereits um einen Dekubitus handelt: Dazu drücken sie kräftig auf die gerötete Hautstelle. Wenn die Rötung sofort wieder da ist, wenn sie den Finger wegnehmen, handelt es sich bereits um einen Dekubitus.
- **Grad 2** Hautschädigung in Form einer geschlossenen oder offenen Blase
- **Grad 3** tiefer gehende Schädigung der Haut. Es ist ein richtiges Loch entstanden.
- **Grad 4** Das Gewebe am Wundrand beginnt abzusterben. Es entstehen so genannte Nekrosen. Nekrosen erkennen sie daran, dass das Gewebe schwarz geworden ist.

Wie entsteht ein Dekubitus?

Bei der Entstehung eines Dekubitus spielen zwei Faktoren eine wichtige Rolle:

1. Druck (Auflagedruck)

Druck auf die Haut kann von innen und außen ausgeübt werden.

Von Innen z.B. durch Knochen, die ohne Muskeln und Fettpolster direkt unter der Haut liegen. Von außen z.B. durch das eigene Körpergewicht, durch Falten im Bettlaken, Krümel im Bett, faltige Kleidungsstücke oder verrutschte Sitzkissen aber auch durch Schläuche von Kathetern und Sonden, wenn sie unter Körperteilen liegen oder wenn man auf Gegenständen sitzt.

2. Dauer des Druckes auf ein Körperteil

Der gesunde aktive Mensch bewegt sich regelmäßig oder wechselt häufig die Lage beim Sitzen oder im Bett. Kribbeln oder Schmerzen signalisieren dem gesunden Menschen, dass der Druck zu groß wird und er etwas tun muss. Viele kranke, alte oder pflegebedürftige Menschen können sich ohne fremde Hilfe nicht oder nur sehr schlecht bewegen. Häufig spüren sie zu spät die eingeschlafenen Gliedmaßen oder Schmerzen.

Wer ist besonders gefährdet?

- Menschen, die sich nur sehr wenig bewegen oder ohne fremde Hilfe nicht bewegen können.
- Menschen, die operiert wurden oder durch eine Krankheit im Bett bleiben. Erschwerend ist Fieber.
- Menschen, die stark übergewichtig oder sehr dünn sind.
- Menschen, die stark schwitzen oder inkontinent sind.

- Menschen, deren Schmerzempfinden z.B. auf Grund von Durchblutungsstörungen herabgesetzt ist.
- Menschen, die großen Scher- oder Reibungskräften ausgesetzt sind.

Welche Körperteile sind besonders gefährdet?

Je nachdem ob sie liegen oder sitzen sind immer andere Körperteile besonders gefährdet:

- In Rückenlage – Hinterkopf, Schultern, Ellenbogen, Wirbelsäule, Steißbein, Gesäß, Fersen
- In Seitenlage – Ohrmuschel, Schulter, Arm, Hüfte, Knie, Knöchel
- In Bauchlage – Stirn, Ellenbogen, Brustkorb, Knie, Zehen

Was können Sie vorbeugend tun?

- Sorgen Sie für regelmäßige Bewegung.
- Regelmäßige Hautbeobachtung auf gerötete Hautstellen.
- Regelmäßige Hautpflege, Förderung der Hautdurchblutung.
- Förderung der Hautgesundheit durch eine gesunde, abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung.
- Regelmäßiger Lagerungswechsel. Am Tage etwa alle 2 Stunden.

... Sport im Alltag einbauen.

- Gehen Sie kurze Strecken zu Fuß anstatt das Auto oder den Fahrstuhl zu benutzen.
- Machen Sie Pausen vom Sitzen. Stehen Sie öfter mal auf. Strecken und Beugen Sie sich.
- Bewegen Sie sich viel an der frischen Luft.

... Einsatz von Hilfsmitteln

- Antidekubitusmatratzen
- Sitzkissen
- Lagerungskissen

Wie können Sie das Dekubitusrisiko einschätzen?

Hilfreich zur Ermittlung des individuellen Dekubitusrisikos sind Erhebungsskalen.

Der Pflegedienst hat eine Erhebungsskala.

Lassen Sie sich in der Anwendung unterweisen und ermitteln Sie ihr Risiko.

Die Pflegefachkräfte des Pflegedienstes beraten Sie gerne bei der Planung und Umsetzung von Vorbeugungsmaßnahmen.