



# Dekubitus

Wundliegen frühzeitig erkennen

# Tipps gegen das Wundliegen



Gesunde Menschen sind ständig in Bewegung – selbst wenn der Arbeitsalltag am Schreibtisch stattfindet. Ältere, kranke und pflegebedürftige Personen, die nicht mehr so mobil und beweglich sind, können sich nur wenig bis gar nicht bewegen. Diese Bewegungsunfähigkeit, in Kombination mit ständigem Liegen oder Sitzen im Rollstuhl, kann zu Druckstellen an der Haut führen, die nicht selten zu chronischen Wunden werden. Der Fachbegriff für das Wundliegen lautet „Dekubitus“.

Wer ein älteres Familienmitglied pflegt oder in der Altenpflege arbeitet, sollte sich in dieser Thematik gut auskennen, denn ein Vorbeugen und frühzeitiges Erkennen von Wundliegen ist von entscheidender Bedeutung, um schmerzende chronische Wunden zu vermeiden.

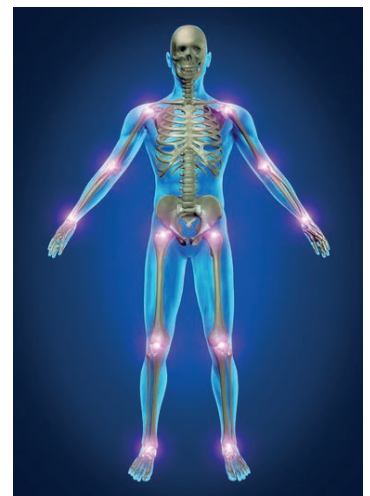
Mit dieser Informationsbroschüre informieren wir Sie über das Risiko des Wundliegens und die adäquate Dekubitus-Prävention.

## Was ist „Dekubitus“?

Ältere und pflegebedürftige Menschen sind häufig wenig beweglich und werden bettlägerig oder sitzen über einen längeren Zeitraum im Rollstuhl. Durch ständiges Liegen oder Sitzen in der gleichen Position wird ein kontinuierlicher Druck auf die Haut ausgeübt. Kommt es über einen längeren Zeitraum nicht zu einer Druckentlastung, wird die betreffende Hautstelle nicht ausreichend durchblutet. Schäden an der Haut und am Gewebe, bis hin zu den tieferliegenden Bindegewebsschichten, sind die Folge. Auch Erkrankungen, wie Lähmungen (zum Beispiel nach einem Schlaganfall) und Schwäche sind zusätzliche Risikofaktoren, ebenso eine schlechte Durchblutung, Untergewicht oder starkes Übergewicht. Falsche Hebetekniken und rutschige Bettunterlagen können für das Wundliegen ebenfalls ursächlich sein.

## Welche Körperstellen sind betroffen?

Dekubitus kann grundsätzlich an allen Körperstellen auftreten, beispielsweise am Hinterkopf, den Schläfen, den Ohren, Schultern, Schulterblättern, Ellenbogen, an der Wirbelsäule sowie im Steiß- und Kreuzbeinbereich. Aber auch die Hüften, der Beckenkamm, die Knie, Knöchel, Fersen und Zehen können betroffen sein.



# Wie kann man das Wundliegen frühzeitig erkennen?

Wichtig ist, die verschiedenen Dekubitus-Stadien zu kennen, um rechtzeitig angemessen reagieren zu können. Dekubitus kann bereits frühzeitig erkannt werden.

Drücken Sie mit leichtem Fingerdruck auf die Stelle, an der Sie ein beginnendes Wundliegen vermuten, weil diese leicht gerötet ist. Kann diese Rötung nicht „weggedrückt“ werden, so liegt Dekubitus möglicherweise in seiner leichtesten Form vor, also dem ersten Stadium.

Das zweite Stadium von Dekubitus ist dadurch gekennzeichnet, dass sich Blasen bilden oder ein Teilverlust der Haut erfolgt.

Das dritte Stadium ist durch einen sichtbaren Verlust der Haut gekennzeichnet. In Stufe vier, Dekubitus in seiner schwersten Form, erfolgt ein vollständiger Haut- und Gewebeverlust.

Generell gilt: Die Wundversorgung richtet sich nach dem jeweiligen Dekubitus-Stadium und gehört immer in fachkundige Hände!

## Wie lässt sich Dekubitus vorbeugen?



Wird Dekubitus festgestellt, muss an der betreffenden Körperstelle sofort eine Druckentlastung und -verlagerung stattfinden. Eine kontinuierliche sorgfältige Beobachtung und Pflege der betroffenen Hautpartie ist von entscheidender Bedeutung, damit das Wundliegen nicht weiter fortschreiten kann. Darüber hinaus sollte die Eigenbewegung der betroffenen Person gefördert werden.

Druckentlastende Lagerungen (30°, Schiefe Ebene usw.) sowie die Freilagerung von exponierten Stellen sind ebenfalls gute Möglichkeiten, um dem Wundliegen vorzubeugen. Die Durchführung von Mikrolagerungen, mittels geringen Bewegungen von Armen oder Beinen sowie das

Unterlegen von kleinen Kissen oder Handtüchern kann ebenfalls zur Dekubitusprophylaxe eingesetzt werden.

Die Mobilisation aus dem Bett heraus und das Vermeiden von Reibung und Scherkräften – beispielsweise durch den Einsatz eines Lifters zum Transfer aus dem Bett – sind weitere sinnvolle vorbeugende Maßnahmen.

Es gibt zudem viele geeignete Hilfsmittel zur Vermeidung des Wundliegens. Dazu gehören Weichlagerungsmatratzen, Anti-Dekubitus-Sitzkissen, Aufstehhilfen, Hebegurte, und so weiter. Nicht geeignet sind dagegen Felle oder mit Luft / Wasser gefüllte Ringkissen.

**Bei weiteren Fragen sprechen Sie uns jederzeit an. Unsere qualifizierten Fachkräfte beraten Sie gerne!**