

## **Dekubitus oder Druckgeschwür**

### *Was ist ein Dekubitus bzw. ein Druckgeschwür?*

Ein Dekubitus (Druckgeschwür) ist eine durch länger anhaltenden Druck entstandene Schädigung der Haut und des darunter liegenden Gewebes. Er entsteht durch Druck auf eine bestimmte Körperzone über längere Zeit. Dadurch kann das Blut in diesem Bereich nicht ausreichend stark zirkulieren, das Gewebe wird nur noch unzureichend mit Sauerstoff versorgt und kann dann langsam absterben.

### *Wo kann ein Druckgeschwür entstehen?*

Das Risiko eines Druckgeschwürs bzw. Dekubitus ist an den Körperstellen an denen die Haut dem Knochen unmittelbar anliegt besonders erhöht.

Diese Stellen am menschlichen Körper sind:

- Hinterkopf
- Ohr
- Schulterblätter
- Schultergelenk
- Ellenbogen
- Rollhügel am Oberschenkel
- Kreuzbein
- Gesäß
- Außenknöchel am Fuß
- Fersen

Wenn der Pflegebedürftige an diesen besonders gefährdeten Stellen Schmerzen verspürt, weisen Sie bitte unbedingt Ihren Pflegedienst und Hausarzt darauf hin.

### *Wie erkenne ich als Angehöriger ein Druckgeschwür?*

Das erste Zeichen, dass ein Dekubitus zu entstehen droht, ist eine mehr oder weniger schmerzhaft Rotfärbung der Haut an den oben beschriebenen Stellen. Wenn schon ein offener Defekt an der Haut entstanden ist, muss der Arzt unverzüglich informiert werden, sonst kann es zu gefährlichen Komplikationen kommen.

### *Was kann ich als Angehöriger tun, um ein Druckgeschwür zu verhindern?*

Das Wichtigste zur Vermeidung eines Dekubitus ist, dass der Pflegebedürftige so viel wie möglich bewegt wird! Ermuntern Sie ihn, die eigene Lage selbst zu verändern. Führen Sie selbst kleine Bewegungen durch, z. B. Bein anheben, ein Kissen unters Gesäß schieben. Sorgen Sie dafür, dass der Pflegebedürftige - falls möglich - häufig das Bett verlässt. Achten Sie darauf, dass auch im Sitzen öfter die Position verändert wird (z.B. durch Gewichtsverlagerung). Zu viele Kissen im Bett oder Stuhl engen den Bewegungsspielraum unnötig ein und sind daher nicht sinnvoll!

### *Ihr Pflegedienst zeigt Ihnen gerne, wie Sie den Pflegebedürftigen richtig bewegen und lagern können!*

Beobachten Sie täglich die Haut des Pflegebedürftigen auf Nässe, Rötung und offene Stellen. Wechseln Sie feuchte Unterlagen und Hosen möglichst umgehend, da Nässe die Haut aufweicht und schädigt. Führen Sie die Hautpflege schonend durch. Verwenden Sie milde, seifenfreie Waschlotionen, da Seife den Säureschutzmantel der Haut zerstören kann. Körperlotionen eignen sich gut zur anschließenden Hautpflege, verzichten Sie aber auf Fettcremes oder Melkfett, da diese die Poren verstopfen und die Hautatmung verhindern. Sorgen Sie bitte dafür, dass das Bettlaken möglichst frei von Falten, Krümeln o.ä. bleibt.

### *Was kann ich als Angehöriger noch tun?*

Ernähren Sie den Pflegebedürftigen eiweißreich z.B. Milch, Käse, Joghurt, Quark, Fleisch und Fisch. Sorgen Sie für eine abwechslungsreiche Kost mit viel frischem Salat und Gemüse. Es ist sehr wichtig, dass der Pflegebedürftige ausreichend trinkt, ca. 1-1,5 Liter am Tag, sofern aus ärztlicher Sicht keine Trinkmengenbeschränkung besteht.

### *Wer ist gefährdet, ein Druckgeschwür zu bekommen?*

Gefährdet sind alle Personen, die in ihrer Beweglichkeit erheblich eingeschränkt sind oder ein vermindertes Schmerzempfinden haben. Der fehlende Schmerzreiz verhindert, dass die Körperlage rechtzeitig verändert wird. Lähmungen und Schwäche, eine schlechte Durchblutung sowie Über- oder Untergewicht tragen ebenfalls zu einer erhöhten Gefährdung bei. Ungünstig sind auch das Liegen in der Nässe oder ein Hin- und Herrutschen, da hierdurch die oberen Hautschichten leicht verletzt werden.

Hilfsmittel, die bei dem erhöhten Risiko oder dem Vorhandensein eines Dekubitus ärztlich verordnet werden können: Anti-Dekubitus-Matratzen Gel-Kissen, Lagerungskissen etc.

In Ihrem Sanitätshaus finden Sie eine Vielzahl druckentlastender Hilfsmittel.

Bitte sprechen Sie uns bei weiteren Fragen gerne an!

Häusliche Krankenpflege Lutermann & Bister - Telefon 02196 1514

**Lutermann & Bister**  
Krankenpflege

[www.gute-Pflege.de](http://www.gute-Pflege.de)