



# Merkblatt für pflegende Angehörige

## *Vermeidung von Druckgeschwüren*

### Tips zur Pflege:

► **Möglichkeiten für Sie, um Druckgeschwüre zu verhindern, bzw. bei bestehenden Druckgeschwüren bei der raschen Abheilung mitzuwirken:**

► **30 Grad Seitenlagerung:**

- Pflegebedürftiger liegt auf der Seite (rechts oder links)
- ein Kissen an einer Seite von der Schulter bis zum Gesäß legen
- ein zweites Kissen zwischen die Beine legen, so daß diese nicht aufeinander liegen können
- Pflegebedürftigen bitten, sich auf das Kissen im Rücken zu drehen
- darauf achten, dass die aufliegende Schulter leicht nach vorn gezogen wird
- ggf Hochlagerung der Ferse mit einem dritten Kissen

► **Schiefe Ebene**

- Pflegebedürftiger liegt in Rückenlage
- Matratze auf einer Seite am Fußende beginnend ca. 10-20 cm anheben und gerollte Decke unterlegen

► **Mikrolagerungen**

- beim sitzenden Pflegebedürftigen werden kleine Kissen jeweils rechts oder links unter das Gesäß geschoben

► **zusätzliche Druckeinwirkung durch Knöpfe, Falten im Bett oder in der Kleidung, Gegenstände oder Krümel im Bett vermeiden.**

► **Hautpflege mit klarem Wasser und einer W/O-Lotion (z.B. Nivea Lotion Blau), gründliche Intimpflege durchführen, Hautfalten gut trocken tupfen.**

► **Eiweiß- und vitaminreiche Kost reichen, darauf achten, dass der Pflegebedürftige mindestens 2 Liter pro Tag trinkt.**

## **Vermeidung von Druckgeschwüren (Dekubitus) Erläuterungen**

Ein Dekubitus ist eine Schädigung des Gewebes durch länger anhaltenden Druck auf eine bestimmte Körperstelle. Hierbei kann es sich zunächst nur um eine Hautrötung handeln, die bei Entlastung der betroffenen Stelle nicht wieder nachläßt. Im weiteren Verlauf kann es aber dann zu offenen Wunden kommen. Zunehmend können dann auch tiefere Gewebeschichten (Muskeln, Sehnen, Knochen) betroffen sein. Im letzten Stadium kann es sogar zum Absterben von Gewebe kommen (Nekrosen).

Für die Entstehung eines Druckgeschwürs gibt es eine Reihe von begünstigenden Faktoren:

- eingeschränkte Beweglichkeit (Mobilität), Bettlägerigkeit
- schlechter Ernährungszustand, schlechter Allgemeinzustand
- herabgesetztes Schmerzempfinden (z.B. bei Diabetikern oder bei Lähmungen)
- Verwirrtheit
- Vorliegen von bösartigen Erkrankungen
- Fettleibigkeit
- Fieber
- Durchblutungsstörungen
- Inkontinenz

Folgende Körperstellen sind besonders gefährdet:

Hinterkopf, Ohrmuscheln, Schulterblatt, Wirbelsäule, Ellenbogen, Kreuzbein, Oberschenkelknochen, Innenseite der Knie, Knöchel und Ferse.

Zur Vermeidung eines Druckgeschwürs ist die regelmäßige Druckentlastung und Umlagerung besonders wichtig. Dies sollte alle 2-3 Stunden geschehen.

Eine spezielle Wechseldruckmatratze oder Schaumstoffmatratze kann zwar zur Druckentlastung beitragen. Das Umlagern muss aber in jedem Fall trotzdem durchgeführt werden.

Es ist zweckmäßig, jedes Umlagern auf einem Lagerungsprotokoll zu verzeichnen.

**Zu folgenden weiteren Themen liegen  
Merkblätter vor:**

- Exsikkose (Flüssigkeitsmangel)**
- Rückenschonende Arbeitsweise**
- Atemübungen**
- Essen anreichern/  
Aspirationsprophylaxe**
- Gestaltung des Krankenzimmers**
- Umgang mit Schmerz**
- Umgang mit verwirrten Patienten**
- Vermeidung von Stürzen**
- **Vermeidung v. Gelenkerkrankungen**
- **Vermeidung v. Mangelernährung**
- **Umgang mit Schwerstkranken**
- **Umgang mit Inkontinenten**

**Weitere Fragen zu allen Themen der  
Krankenpflege beantworten wir Ihnen  
gern. Rufen Sie uns an:**



**CHRISTOPHERUS**  
Pflegedienste

Christopherus Pflegedienste Essen  
Laubenhof 9

45326 Essen      Tel.: 0201/33 33 31

Christopherus Pflegedienste Leverkusen  
Am Gesundheitspark 4

51375 Leverkusen      Tel.: 0214/83 02 20

Christopherus Pflegedienste Bochum  
Bergwerkstr. 18

44795 Bochum      Tel.: 0234/4526535