

Wir sind für Sie da!

www.bundesforum-ambulante-pflege.de

1
Informationsreihe



Pflegedienst Neumann
Stuttgart-Weilimdorf
Tel.: 0711 / 887 41 34
www.pflegeteam-neumann.de

Pflegedienst Hellrung
Neumünster
Tel.: 04321 / 92 110
www.pflegedienst-hellrung.de



Amb. Pflegeteam Jänisch
Verden
Tel.: 04231 / 8 48 00
www.ambulantes-pflegeteam-verden.de

Pflegedienst Strobel
Leinfelden-Echterdingen
Tel.: 0711 / 754 05 90
www.pflegedienst-strobel.de



die Pflege daheim
Rödinghausen
Tel.: 05746 / 890 440
www.die-pflege-daheim.de

Pflegestation Jahnke
Berlin
Tel.: 030 / 394 99 99
www.jahnkepflege.de



AHK Stangl
Lauterhofen
Tel.: 09186 / 12 58
www.ahk-stangl.de

Pflegedienst Hunger
Gifhorn
Tel.: 05371 / 33 63
www.pflegedienst-hunger.de



PFLEGE optimal
Krefeld
Tel.: 02151 / 711025
www.pflege-optimal.de

PFLEGE SERVICE MERKEL
Wiesbaden / Rheingau
Tel.: 0611 / 360 66 - 0
www.merkelpflege.de



Dekubitusprophylaxe

Hinweise zur Vermeidung eines Druckgeschwürs

Bundesforum Ambulante Pflege

Das **Bundesforum Ambulante Pflege** ist eine bundesweite **Arbeitsgemeinschaft privater ambulanter Pflegedienste** mit dem Ziel, die Weiterentwicklung der ambulanten Pflege zu fördern.

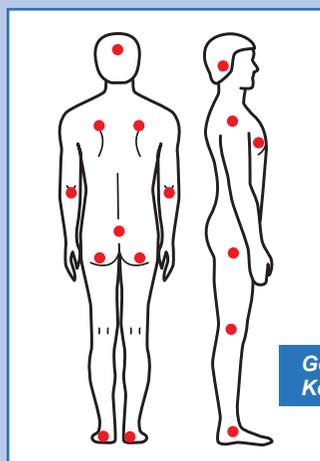
Mit dieser Informationsbroschüre bieten wir eine erste Orientierungshilfe zur Vermeidung von Pflegeproblemen. Wenn Sie weitere Fragen haben bzw. Unterstützung benötigen, wenden Sie sich bitte an einen der o.g. Pflegedienste.

Was Sie wissen sollten



Ein Dekubitus – auch Druckgeschwür genannt – ist eine Wunde. Wenn auf bestimmten Körperstellen über **zu lange Zeit zu viel Gewicht** lastet, werden die Haut und das darunter liegende Gewebe „gedrückt“. Dadurch kann das Blut in diesem Bereich nicht mehr zirkulieren, das Gewebe wird nur noch unzureichend mit Sauerstoff versorgt und stirbt langsam ab. **Ohne Druck kein Dekubitus.**

Merken Sie sich vor allen Dingen das **Frühzeichen: bleibende Rötung**. Obwohl es wenig Beschwerden macht, kann sich daraus eine tiefe Wunde entwickeln.



Gefährdete Körperstellen

Besonders gefährdet sind Personen

- in schlechtem Allgemeinzustand,
- mit eingeschränkter Beweglichkeit,
- mit Unter- und Übergewicht,
- mit Mangelernährung,
- mit Flüssigkeitsmangel,
- mit Zusatzkrankungen (z.B. Herzschwäche, Fieber, Diabetes, Inkontinenz).

Was Sie tun sollten



Richtiges Lagern und regelmäßiges Umlagern ist sehr wichtig.

Bei **Dekubitusgefahr** gilt daher:

- Nicht länger als zwei Stunden ohne **Lagewechsel** liegen oder sitzen.
- Ermuntern Sie ständig zur **Eigenbewegung**.
- Führen Sie aktive und passive **Bewegungsübungen** durch.
- **Beobachten** Sie die Haut täglich an den gefährdeten Stellen.
- Führen Sie eine **angemessene Körperpflege** durch.
- Lassen Sie **Zusatzkrankungen behandeln**.
- Achten Sie auf eine **ausgewogene Ernährung**: z.B. Milchprodukte, wie Käse, Joghurt, Quark, frisches Obst, Gemüse und Vollkornprodukte.
- Wenn nichts anderes dagegen spricht, sollte **pro Tag mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit** aufgenommen werden.
- Die Bettwäsche sollte aus **Naturfasern** bestehen, die Matratze **luftdurchlässig** sein.
- Holen Sie sich **pflegefachliche Unterstützung**.

Was Sie vermeiden sollten

Lagern Sie nicht auf:

- mit Wasser oder Luft gefüllten Kissen bzw. Ringkissen,
- synthetischen oder echten Schaffellen,
- drückenden Knöpfen, Nähten, Sonden oder Katheterschläuchen.

Vermeiden Sie:

- Falten in Kleidungsstücken und Bettwäsche,
- Essensreste im Bett,
- enge Kleidungsstücke und zu enge Schuhe,
- Heizdecken und Wärmflaschen an den gefährdeten Körperstellen,
- Ziehen und Zerren am Körper,
- Fixierung in Bett oder Stuhl.

Verzichten Sie auf Einreibungen mit:

- Hautdesinfektionsmitteln,
- Franzbranntwein,
- Melkfett,
- Vaseline,
- Zinkpaste,
- Lebensmitteln,
- Parfümen, Ölen, Puder oder Poren verschließenden Salben