

## Inkontinenz

Feuchte Haut, z. B. bedingt durch eine Inkontinenz, kann die Entstehung eines Dekubitus begünstigen.

Unter Inkontinenz versteht man das Unvermögen, Harn oder Stuhl zu kontrollieren. Bei einer vorliegenden Inkontinenz empfehlen sich regelmäßige Toilettengänge.

Sollte dies nicht möglich sein, ist eine saugfähige Unterlage (Einlage) bzw. eine Windelversorgung zu erwägen. Diese muss regelmäßig kontrolliert und nach Bedarf gewechselt werden.

## Ernährung

Mangelernährung begünstigt die Entstehung eines Dekubitus.

Ältere Menschen haben zwar einen verminderten Kalorienbedarf, der Bedarf an Eiweiß, Vitamine, Mineralien und Spurenelemente ist jedoch nicht geringer als bei jungen Menschen. Eine ausreichende Flüssigkeitsmenge ist die wesentliche Voraussetzung für einen normalen Stoffwechsel und eine intakte Haut.

## Beratungsmöglichkeit

Das Pflegeteam steht Ihnen beratend zur Seite bei .....

- der Überleitung vom Klinikum Kulmbach bzw. Fachklinik Stadtsteinach in eine ambulante oder stationäre Pflegeeinrichtung.
- der Pflege im häuslichen Bereich.
- der Kontaktvermittlung zur Pflegeüberleitung (Sozialdienst) bezüglich einer Einleitung medizinischer, sozialer und beruflicher Rehabilitation.

Bitte sprechen Sie uns an. Gerne vereinbaren wir mit Ihnen einen Termin.

## Ihr Pflegeteam



## Ambulanter Pflegedienst Jürgen Vierthaler



## Informationsbroschüre Dekubitusprophylaxe

Bei Anregungen und Rückfragen:  
Ambulanter Pflegedienst Jürgen Vierthaler  
Am Haidhügel 18a  
95326 Kulmbach  
Tel.: 09221/87659  
[info@pflegedienst-vierthaler.de](mailto:info@pflegedienst-vierthaler.de)

Bei Fragen zur Weiterversorgung/-behandlung nach wenden Sie sich bitte an die Mitarbeiter des Pflegedienstes oder Ihrem Hausarzt

## Sehr geehrte Damen und Herren,

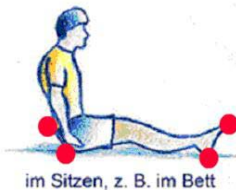
mit dieser Broschüre informieren wir Sie über das Risiko des Wundliegens (= Dekubitus) und dessen Vermeidung.

## Was ist ein Dekubitus?

Wundliegen wird als Druckgeschwür oder Dekubitus bezeichnet. Infolge einer Minderdurchblutung der Haut (Gewebe) bei fehlender Druckentlastung können Schäden an den oberflächlichen Hautschichten bis hin zu den tiefer liegenden Bindegewebsschichten entstehen.

## Primär betroffene Körperstellen sind:

- Hinterkopf, Schläfen, Ohren
- Schulter, Schulterblatt, Ellenbeuge
- Wirbelvorsprünge, Steiß-/Kreuzbein
- Hüfte, Beckenkamm
- Knie, Knöchel, Fersen, Zehen



## Wer ist besonders gefährdet?

- schwerkranke Menschen
- ältere Menschen mit schlechtem Allgemeinzustand
- Diabetiker
- Menschen mit:
  - Durchblutungsstörungen
  - Bewegungsmangel
  - Mangelernährung
  - Inkontinenz

## Wie kann ein Dekubitus erkannt werden?

Sollten Sie als Angehöriger pflegen:  
**Achten Sie auf Hautrötungen!**

Sollte eine Rötung nach leichtem Fingerdruck bestehen bleiben, so liegt möglicherweise bereits ein Dekubitus in seiner leichtesten Form vor. Diese Stelle muss entlastet und beobachtet werden.

**Bitte informieren Sie darüber schnellstmöglich Ihre Pflegekraft/ambulanten Pflegedienst und den Arzt darüber.**

## Was können Sie tun?

### Bewegung

Jede Bewegung hilft, einen Dekubitus zu vermeiden. Deshalb sollte in individuell festzulegenden Zeitabständen ein Positionswechsel stattfinden. Selbst kleinere Lageveränderungen sind meist schon ausreichend.

### Bedenken Sie:

**je geringer die Eigenbewegung ist, desto höher ist die Gefährdung. Selbst langes Sitzen kann zu einem Dekubitus führen.**

Nicht geeignete Hilfsmittel sind Felle und mit Luft oder Wasser gefüllte Ringkissen.

Schwerstpflegebedürftige Menschen sollten auf einer speziellen Matratze liegen.

### Hautpflege

Am besten eignen sich milde Pflegemittel. Zur Pflege der Haut nach dem Waschen empfiehlt sich eine Wasser-in-Öl Lotion (W/O). Zu starkes Reiben und Massieren der Haut sollte vermieden werden.