

Was können wir tun?

- Wir fördern Ihre Eigenbeweglichkeit, z. B. durch Positionswechsel im Bett, der Mobilisation soweit als möglich aus dem Bett
- Wir entlasten druckbelastete Körperstellen durch Unterstützung der verschiedensten Körperpositionen sowie regelmäßige Positionsveränderungen
- Wir statten Ihr Bett mit einer speziell geprüften Antidekubitusmatratze aus
- Wir nutzen kinästhetisch überprüfte Hilfsmittel zur Positionsveränderung im Liegen und im Sitzen
- Wir vermeiden Scherkräfte durch gewebe-schonende Transfertechniken
- Wir bieten Bewegungsförderung mit aktiven und passiven Bewegungsübungen an
- Wir beobachten regelmäßig ihre Haut, um beginnende Druckstellen frühzeitig zu erfassen und Gegenmaßnahmen entsprechend einzuleiten
- Wir wenden regelmäßig Hautschutzcreme und Hautpflegecreme an

Eine Beratung über individuell angepasste Hilfsmittel für die Pflege zu Hause erhalten Sie durch unser pflegerisches Team.

Bitte sprechen Sie uns an, auch bei allen verbleibenden Fragen.

Psychiatrisches Zentrum Nordbaden
Heidelberger Straße 1a, 69168 Wiesloch

Information/Kontakt

- | | |
|-----------------------------------------------------|---------------|
| • Fachtherapeutin Wunde ICW®
Jutta Schmuck | 06222 55-2732 |
| • Fachtherapeutin Wunde ICW®
Franziska Bräutigam | 06222 55-2737 |

Anfahrt

Mit dem PKW folgen Sie in Wiesloch der Beschilderung „Psychiatrisches Krankenhaus“.
Mit öffentlichen Verkehrsmitteln fahren Sie vom S-Bahnhof Wiesloch-Walldorf mit den Bussen der Linie 702/707 bis zur Ringstraße. Dann steigen Sie in die Buslinie 709 bis zum PZN.
Von Heidelberg fahren Sie mit der Straßenbahnlinie 23 bis Leimen, dort steigen Sie in die Buslinie 723 bis zur Haltestelle Krankenhaus.

Im Internet: www.pzn-wiesloch.de



Ein Unternehmen der **zfp** Gruppe Baden-Württemberg

**Dekubitus vermeiden**

Sehr geehrte/r Patient*in, sehr geehrte/r Angehörige*r,

mit diesem Flyer möchten wir Sie über das Thema Dekubitus informieren, um Ihnen auch nach der Krankenhausbehandlung Möglichkeiten der Vorbeugung an die Hand zu geben.

Was ist ein Dekubitus?

Ein Dekubitus wird auch als Druckgeschwür oder Wundliegen bezeichnet.

Man unterscheidet verschiedene Kategorien.

Kategorie I ist eine Durchblutungsstörung, die sich als Rötung der Haut zeigt und beim Eindrücken mit dem Finger bestehen bleibt.

Kategorie II bis IV ist eine Wunde, die sich von oberflächlichen Hautdefekten bis hin zu Knochendefekten entwickeln kann.

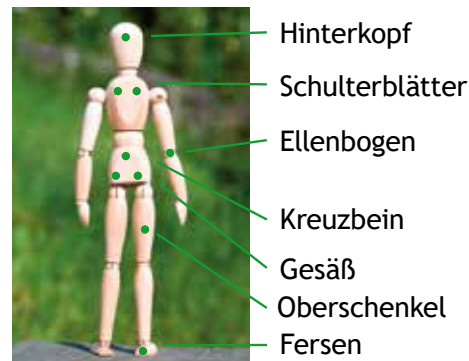
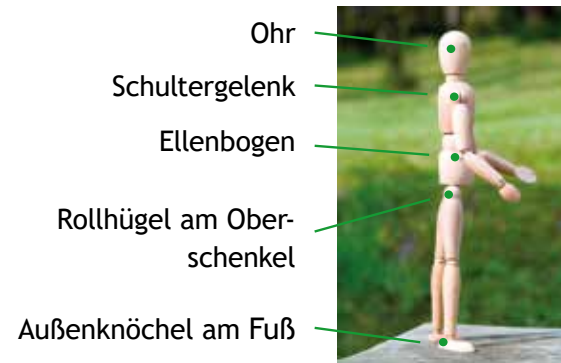
Hinzu kommen Dekubitus die keiner Kategorie zuzuordnen sind.

Wie entsteht ein Dekubitus

Wenn auf bestimmten Körperstellen über zu lange Zeit zuviel Gewicht lastet, wird die Haut und das darunter liegende Gewebe „gedrückt“. Dadurch kann das Blut in diesem Bereich nicht ausreichend stark zirkulieren und das Gewebe wird nur noch unzureichend mit Sauerstoff versorgt und kann langsam absterben. Neben Druck, können auch Scherkräfte einen Dekubitus verursachen.

Wer ist besonders gefährdet, einen Dekubitus zu entwickeln?

- Menschen, die in ihrer Beweglichkeit stark eingeschränkt sind und ihre Position im Bett und/oder auf dem Stuhl nur unzureichend oder gar nicht verändern können
- Menschen mit schlechtem Allgemeinzustand, z.B. mit starkem Untergewicht oder Flüssigkeitsmangel
- Menschen mit Durchblutungsstörungen
- Menschen die bereits einen Dekubitus entwickelt haben
- Diabetiker
- Menschen mit Demenz oder sonstigen Sensibilitätsstörungen
- Menschen, die inkontinent sind



Wo entsteht ein Druckgeschwür?

Besonders gefährdet sind die Körperstellen, an denen die Haut dem Knochen unmittelbar anliegt.

Warum ist es wichtig, ein Druckgeschwür zu vermeiden?

Ein Druckgeschwür kann sehr schmerzhaft sein. Tiefere Druckgeschwüre können zu Komplikationen führen, die den Körper zusätzlich belasten. Die Heilung kann Wochen bis Monate dauern.

Was können Sie zur Vorbeugung tun?

- Druckentlastung und die Vermeidung von Scherkräften sind ausschlaggebend
- Bewegungsförderung steht hier an erster Stelle
- Wenn Sie oder Ihre Angehörigen im Bett liegen oder auf dem Stuhl sitzen, versuchen Sie, sich immer wieder ein wenig zur Druckentlastung zu bewegen
Melden Sie sich bitte, wenn Körperstellen schmerzen, auf denen Sie liegen.
- Fersen können Sie gut von Druck entlasten, indem Sie sie mit einem kleinen Kissen frei lagern
- Achten Sie auf passende Schuhe, um Druckstellen zu vermeiden, insbesondere an Fersen und Zehen
- Beobachten Sie regelmäßig die Haut auf Rötungen und pflegen sie besonders gefährdet Hautregionen mit Hautschutzcreme