



Kreiskrankenhaus  
Rotenburg a. d. Fulda

Akademisches Lehrkrankenhaus  
der Philipps-Universität Marburg

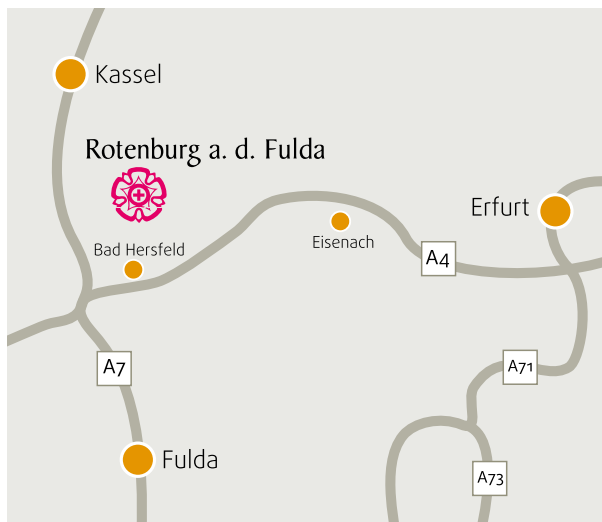


Kreiskrankenhaus  
Rotenburg a. d. Fulda

Akademisches Lehrkrankenhaus  
der Philipps-Universität Marburg

Rotenburg a. d. Fulda  
Am Emanuelsberg 1  
36199 Rotenburg a. d. Fulda  
Telefon 06623 86-0  
info@kkh-rotenburg.de  
[www.kkh-rotenburg.de](http://www.kkh-rotenburg.de)

## Anfahrt



design: [www.lichtweisz.de](http://www.lichtweisz.de)

# Dekubitusprophylaxe

Information für Patienten  
und deren Angehörige

*In unserer Mitte der Mensch*



## Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

durch eine Krankheit oder einen Unfall kann die Mobilität eines Menschen stark eingeschränkt werden.

In dieser Broschüre möchten wir Ihnen wichtige Hinweise geben, wie die Entstehung eines Dekubitus vermieden werden kann.

## Dekubitus – was bedeutet das?

Ein Dekubitus (auch Druckgeschwür genannt) ist eine Schädigung des Hautgewebes. Diese Schädigung kann von den oberflächlichen Hautschichten bis zum Knochen reichen und tritt bereits nach kurzer Zeit der Druckeinwirkung auf. Lang einwirkender Druck führt zu einer verminderten Durchblutung, die zum Absterben des Gewebes führen kann.

## Ein erhöhtes Dekubitusrisiko besteht bei:

- Einschränkungen in der Bewegung sowie Immobilität
- Einschränkungen in der Ernährung sowie Übergewicht
- Spezielle Erkrankungen, zum Beispiel Querschnittslähmung
- Einer geringen Flüssigkeitszufuhr
- Einem empfindlichen Hautzustand
- Harn- und Stuhlinkontinenz

Erkennungszeichen für einen beginnenden Dekubitus sind vor allem Hautrötungen, die auch bei Druckentlastung nicht verschwinden und bis zur Blasenbildung führen können.

## Wie können Sie helfen, das Dekubitusrisiko zu minimieren?

- **Förderung der Mobilität**  
Bereits kleine Bewegungen, wie wechselseitiges Anheben der Gesäßhälften, ermöglichen eine Druckentlastung des Hautgewebes. Vermeiden Sie zu enge Kleidung und zu festes Schuhwerk.
- **Angepasste Ernährung**  
Trinken Sie ausreichend, beziehungsweise achten Sie als Angehöriger darauf, dass der Patient genug trinkt. Fördern Sie das Trinken durch regelmäßiges Auffordern dazu oder sogar Anreichen von Flüssigkeiten. Achten Sie auf eine ausgewogene, vitamin- und eiweißreiche Ernährung.
- **Optimierte Hautpflege**  
Durch eine individuell angepasste Hautpflege, zum Beispiel mit ph-neutralen und seifenfreien Waschzusätzen, fördern Sie den physiologischen Zustand der Haut. Bei bestehender Harn- und/oder Stuhlinkontinenz achten Sie auf den zeitnahen Vorlagenwechsel. Trainieren Sie nach Möglichkeit die Kontinenz durch rechtzeitige Toilettengänge, gegebenenfalls mit Unterstützung.

Weitere Hinweise zur Dekubitusprophylaxe erhalten Sie bei den Mitarbeitern Ihrer Station. Wir beraten Sie gerne zu Bewegungsübungen und Mobilitätstechniken und zum unterstützenden Einsatz von möglichen Hilfsmitteln.

Sprechen Sie uns gerne an.

