

Weitere vorbeugende Maßnahmen

Bettklima:

Ein angenehmes Schlafklima schützt die Haut und beugt Dekubitus vor. Ideal sind eine Raumtemperatur von 16–18 °C sowie eine Luftfeuchtigkeit zwischen 40 - 60 %. Zu hohe Temperaturen fördern das Schwitzen und belasten die Haut. Die Temperatur sollte jedoch individuell angepasst werden, um den persönlichen Schlafbedürfnissen gerecht zu werden. Für ein gesundes Bettklima sind außerdem atmungsaktive Bett- und Nachtwäsche (z. B. aus Baumwolle), eine gut durchlüftete Matratze und regelmäßiges Lüften des Schlafzimmers empfehlenswert.

Bewegung:

Bewegung z. B. durch regelmäßige Übungen beugt Druckstellen und Wundliegen vor. Ist dies nicht möglich, ist ein regelmäßiges Umlagern wichtig.



Weitere Beratungsbroschüren erhalten Sie über unser Service-Center oder über www.bhd-pflegenetzwerk.de

Auch auf Instagram und Facebook sind wir aktiv!



Pflegedienst

Wir sind für Sie da!

Als erfahrener Pflegedienst unterstützen wir Sie dabei, das Risiko eines Dekubitus bestmöglich zu reduzieren. Wir beraten Sie umfassend und entwickeln gemeinsam mit Ihnen einen individuellen Plan zur Dekubitusprophylaxe.

Unsere Standorte:

Neben unserem Hauptsitz im Pflegezentrum am Overhagenweg 4 in Coesfeld sind wir auch an weiteren Standorten in Coesfeld, Lette, Dülmen, Lüdinghausen und Gescher im gesamten Kreisgebiet für Sie im Einsatz.

So erreichen Sie uns:

Service-Center
Overhagenweg 4
48653 Coesfeld
02541 - 84461-10
service-center@bhd-coesfeld.de
www.bhd-pflegenetzwerk.de

Öffnungszeiten:

Telefonisch erreichen Sie unser Service-Center von Montag - Freitag zwischen 08:00 - 12:00 Uhr und von 14:00 - 16:30 Uhr



GUT ZU WISSEN: Dekubitusprophylaxe



Pflegedienst

RISIKO DEKUBITUS

Ein Dekubitus ist eine lokal begrenzte Schädigung der Haut und/oder des darunterliegenden Gewebes – meist über knöchernen Vorsprüngen.

Ursache ist anhaltender Druck oder eine Kombination aus Druck und Scherkräften.

Wer ist besonders gefährdet?

Personen mit:

- eingeschränkter Mobilität
(z. B. bei Bettlägerigkeit, Lähmung, Gelenkerkrankungen)
- Mangelernährung
(zu wenig Vitamine, Eiweiß und Flüssigkeit)
- starkem Unter- oder Übergewicht

Faktoren, die eine Entstehung begünstigen:

- Druck durch Katheter, Sonden oder im Bett/Stuhl liegende Gegenstände
(z. B. Fernbedienung, Hörgerät)
- Zu enge oder schlecht sitzende Schienen, Verbände, Prothesen
- Falsch eingesetzte oder unzureichende Hilfsmittel zur Druckentlastung
- Lange Operationen ohne Lageveränderung

GEFAHREN ERKENNEN

Gefährdete Körperstellen:

Besonders gefährdet sind Körperstellen mit wenig Polsterung oder hohem Druck – etwa Schulterblätter, Hüften, Fersen und das Gesäß.

Vor allem sehr schlanke Menschen (aufgrund fehlender schützender Fettschichten) und stark übergewichtige Personen (durch erhöhten Druck) sind besonders gefährdet.

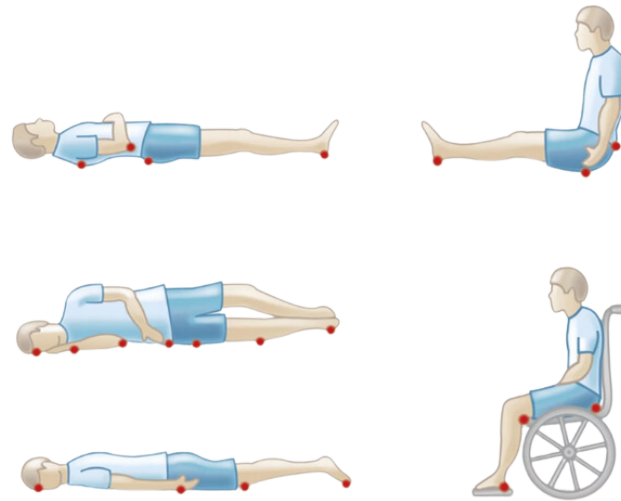


Bild: [Dekubitus - Definition, Versorgung, Prophylaxe](#)
www.DRACO.de



Gesunde Haut ist weniger gefährdet!
Daher ist eine gute Hautpflege wichtig!

VORBEUGUNG

Abpolstern und Druckentlastung

Für dauerhaft liegende Personen ist ein glattes, faltenfreies Bettlaken besonders wichtig, um Druckstellen zu vermeiden.

Auch leichte Gegenstände wie Katheter oder Schläuche sollten sorgfältig abgepolstert werden, da schon geringer, anhaltender Druck die Haut schädigen kann.

Regelmäßige Druckentlastung ist die wirksamste Maßnahme zur Dekubitusprophylaxe – und unterstützt auch die Heilung bereits vorhandener Wunden.

Hilfsmittel zur Vorbeugung

Spezielle Matratzen und Kissen, wie viskoelastische Schaumstoffmatratzen oder Wechseldrucksysteme, verteilen das Körpergewicht gleichmäßig und verringern das Risiko für Dekubitus.

Sie können jedoch die regelmäßige Umlagerung nicht ersetzen.



**Sie haben Fragen?
Sprechen Sie uns an!**