

## UNTERSTÜTZUNG DURCH DIE PFLEGE

Falls es Ihnen allein nicht möglich ist, dem Wundliegen vorzubeugen oder falls ergänzende Maßnahmen notwendig sind, helfen wir Ihnen gerne. Unser Pflegeteam unterstützt Sie mit:

- Hilfestellungen beim Positionswechsel im Bett oder beim (kurzzeitigen) Aufstehen aus dem Bett.
- Einem individuellen Bewegungsplan, in dem wir genau festhalten, wann wir welche Ihrer Körperstellen entlastend gelagert haben.
- Ausstattung Ihres Bettes mit einer speziellen Matratze zur Druckentlastung.
- Regelmäßigen Kontrollen gefährdeter Hautstellen (z. B. Hautrötungen) und darauf abgestimmter Hautpflege.
- Ernährungsberatung und ergänzenden Ernährungsangeboten.

*„Seid gut, und man wird euch glauben.“*

Vincenz von Paul

## Kontakt

### ST. VINCENZ-KRANKENHAUS GMBH

#### St. Vincenz-Krankenhaus

Am Busdorf 2  
33098 Paderborn  
Telefon: 0 52 51/86-17 31  
E-Mail: [pflegedirektion@vincenz.de](mailto:pflegedirektion@vincenz.de)  
Internet: [www.vincenz.de](http://www.vincenz.de)

#### Frauen- und Kinderklinik St. Louise

Husener Straße 81  
33098 Paderborn  
Telefon: 0 52 51/86-17 31  
E-Mail: [pflegedirektion@vincenz.de](mailto:pflegedirektion@vincenz.de)  
Internet: [www.st-louise.de](http://www.st-louise.de)

#### St. Josefs-Krankenhaus

Dr.-Krismann-Straße 12  
33154 Salzkotten  
Telefon: 0 52 58/10-105  
E-Mail: [info@sjks.de](mailto:info@sjks.de)  
Internet: [www.st-josefs.de](http://www.st-josefs.de)

# PFLEGE



**Was kann ich selbst gegen Wundliegen tun?**



St. Vincenz-Krankenhaus Paderborn  
Akad. Lehrkrankenhaus der Universität Göttingen

## WAS KANN ICH SELBST GEGEN WUNDLIEGEN TUN?

### Liebe Patientinnen und Patienten,

der professionelle Ausdruck für das Wundliegen ist „Dekubitus“; er wird auch als „Druckgeschwür“ bezeichnet. Ein Dekubitus entsteht, wenn auf bestimmten Körperstellen über eine zu lange Zeit viel Gewicht lastet. Durch den Druck, der auf die Haut und das darunter liegende Gewebe wirkt, wird dieses Gewebe nicht ausreichend durchblutet und somit geschädigt.

Diese Schädigung kann unterschiedlich intensiv ausfallen, deshalb wird ein Dekubitus in verschiedene Kategorien eingeteilt.

Es ist uns ein besonderes Anliegen, mit Ihnen gemeinsam an der Vermeidung eines Dekubitus zu arbeiten.

### Warum ist es wichtig, einen Dekubitus zu verhindern?

Ein Druckgeschwür bedeutet eine zusätzliche Belastung für den Körper. Oft geht es mit starken Schmerzen einher und es kann zu schwerwiegenden Komplikationen im Genesungsverlauf kommen.

### Sprechen Sie uns an und sorgen Sie selbst zusätzlich vor!

Ihr Pflorgeteam

### Besonders gefährdete Patientengruppen

- Patienten, die in ihrer Beweglichkeit stark eingeschränkt sind und ihre Position im Bett und/oder auf dem Stuhl ohne fremde Hilfe nicht verändern können.
- Menschen mit einem reduzierten Allgemein- oder Ernährungszustand (z. B. starkem Untergewicht oder Übergewicht).
- Patienten mit Durchblutungsstörungen.
- Menschen mit Körperwahrnehmungsstörungen (z. B. Patienten mit einem Schlaganfall oder Multipler Sklerose).

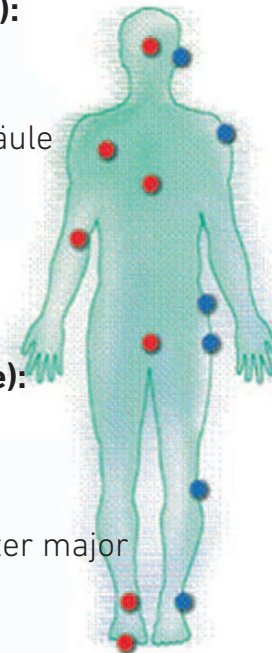
### Gefährdete Körperstellen

#### In Rückenlage (rote Punkte):

- Hinterkopf
- Schulterblätter
- Dornfortsätze der Wirbelsäule
- Ellenbogen
- Kreuzbein
- Ferse
- Zehenspitzen

#### In Seitenlage (blaue Punkte):

- Ohrmuschel
- Schultergelenk
- Beckenkamm
- Großer Rollhügel/Trochanter major
- Knieaußenseite
- Außenknöchel



### Was können Sie tun, um das Wundliegen zu vermeiden?

- Wenn Sie längere Zeit liegen oder sitzen, versuchen Sie immer wieder sich ein wenig zu bewegen. So können Sie z. B. in der Rückenlage bereits durch minimale Bewegungen (Mikrobewegungen) das Gesäß oder die Fersen von Druck entlasten.
- Melden Sie sich bitte, wenn Körperstellen schmerzen, auf denen Sie liegen oder längere Zeit gesessen haben.
- Die Fersen können Sie gut von Druck entlasten, indem Sie sie mit einem kleinen Kissen freilagern. Wir zeigen Ihnen gerne wie es geht und sind behilflich.
- Bitte achten Sie auch auf Ihre Ernährung und Ihre Flüssigkeitszufuhr. Wir beraten Sie gerne.

### Woher weiß ich, ob ich gefährdet bin, wund zu liegen?

Anhand einer Risikoeinschätzungsskala stellt das pflegerische Team bei der Aufnahme Ihr persönliches Gefährdungspotenzial fest. Sind Sie gefährdet, informiert Sie Ihre zuständige Pflegefachkraft und plant alle weiteren Maßnahmen zusammen mit Ihnen.