

## Druckstellen / Dekubitus

### Was sind Druckstellen?

Druckstellen sind Bereiche **beschädigter Haut** Die **nicht mehr richtig durchblutet** Werden.Es kommt zur lokal begrenzten Schädigung der Haut und/oder des darunterliegenden Gewebes.

### Wie entstehen Druckstellen?

Druckstellen entstehen wenn etwas zu lange auf die Haut gedrückt hat. Bei mir ist das leider durch die Querschnittslähmung so das meine Haut ab meiner lähmungshöhe nicht mehr richtig durchblutet ist und deshalb bin ich noch viel anfälliger für Druckstellen.

### Wann gehen Druckstellen wieder weg?

Es kommt darauf an wie schlimm der Grad der Druckstelle ist. Herausfinden kann man das indem man auf die rot gewordene Stelle auf der Haut drückt. Wird die Haut direkt nach dem Loslassen nicht deutlich blasser, spricht man von einem **Dekubitus Grad I**. Die Durchblutung wurde an dieser Stelle unterbrochen und es kommt zur sogenannten Minderversorgung.

Diese roten stellen können schnell entstehen und brauchen auch nicht allzu lange um wieder weg zu gehen. Trotzdem ist mit größter Vorsicht darauf zu achten da diese Druckstellen auch viel schneller als erwartet schlimmer sein könnte was große Folgen nach sich ziehen kann.

### Dekubitus Stufen:

Das Druckgeschwür im **Stadium I** lässt sich frühzeitig identifizieren. Hier kommt es erstmals zu einer **dauerhaft** auftretenden und lokal begrenzten **Hautrötung**, welche sich **nicht mehr „wegdrücken“** lässt.

In **Stadium II** ist die Lederhaut betroffen und erste Hautschädigungen, wie bspw. **Blasenbildung und Hautabschürfungen** mit rot bis rosafarbenen Wundbett werden sichtbar.

- Nun besteht ein **erhöhtes Infektionsrisiko**, insbesondere bei Ablösung der Oberhaut.

In **Stadium III** des Dekubitus liegt ein **tiefes, offenes Geschwür** vor. Die gesamten Hautschichten sind geschädigt, welche bis auf die darunterliegenden Muskeln, Sehnen und Bänder reichen kann.

Das **Stadium IV** zeichnet sich durch völligem Gewebsuntergang mit Nekrosenbildung, sowie Schädigung von Muskelgewebe, Knochen, Sehnen und Gelenkkapseln aus.

### **gute bekleidung**

#### **Worauf sollte man achten?**

Es muss darauf geachtet werden das nicht etwas zu lange auf der Haut drückt.

Ich muss z.b. auch ganz wichtig darauf achten welche Klamotten ich trage.

Die Klamotten dürfen keine elastine haben wie z.b.

- oben der Hosenbund an der Hüfte.
- unten am Knöchel die Hose.
- Socken ohne Gummi (gut sind flauschsocken)
- An den Ärmeln von meinem Pullover

Bei den Schuhen sollte lieber eine oder zwei Nummern größer Genommen werden als die eigentliche Schuhgröße. dann muss ich die Schuhsohle rausnehmen damit ich genügend Platz habe um geeignete Socken anzuziehen.

Ebenfalls sollten die Klamotten keine zu extremen Nähte haben.

Es muss darauf geachtet werden dass ich die richtigen Unterhosen anziehe und diese auch keine Falten schlagen.

Sehr gefährlich kann es werden mit Reißverschlüssen und diesen Nieten.

weil ich mich durch die Lähmung nicht selber bewegen kann und nicht ab und zu Von selber meine Position Verändere, muss ich z.b. im Rollstuhl nach einer gewissen Zeit Meinen Hintern entlasten damit er auch Mal eine andere Position spürt um Keinen Dekubitus zu bekommen. Sollte ich einen Dekubitus am meinem Hintern bekommen darf ich eine lange Zeit diese Stelle nicht belasten, das bedeutet dann für mich dass ich meine ganze Zeit nur noch im Bett verbringe und keine Möglichkeit habe mein Bett zu verlassen.

#### **Was tun gegen Druckstellen?**

- Druckentlastung ist das Allerwichtigste, Die verwundete Stelle sollte auf keinen Fall Druck bekommen.
- Mit der richtigen Wundsalbe eincremen, das hilft zur Unterstützung der Haut.
- Die Wunde sollte nicht zu sehr von allem umschlossen sein, sie muss auch ein wenig atmen können.

### **Vorbeugung gegen Druckstellen.**

- Es sollte sehr darauf geachtet werden das keine Gegenstände unter den Körper geraten.
- Das kein Druck auf der direkten Haut aufliegt.
- keine Klamotten mit zu starken Nähten.
- Keine zu festen Hosen.
- Keine Reißverschlüsse und Knöpfe.
- Kontrollieren der Haut.
- keine zu starren Materialien, eher etwas weiches gepolstertes.
- Lagerung nach gewisser Zeit.