

## Was Sie tun können.

### So können Sie Ihre Haut schützen:

- Wenn Sie im Bett liegen oder auf dem Stuhl sitzen, versuchen Sie sich immer wieder ein wenig zu bewegen, so können Sie z. B. in der Rückenlage das Gesäß oder die Fersen bereits durch kleine Bewegungen von Druck entlasten.
- Nehmen Sie möglichst viel frisches Obst und Gemüse und eiweißreiches Essen (Fleisch, Fisch) zu sich.
- Melden Sie sich, wenn Ihnen Körperstellen, auf denen Sie liegen, schmerzen.
- Die Fersen können Sie gut vom Druck entlasten, indem Sie sich ein Kissen so unter die Waden legen, dass die Fersen nicht auf der Matratze aufliegen.

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

**Wir wünschen Ihnen eine gute Genesung.**

## So erreichen Sie uns.

### KRANKENHAUS BETHEL BERLIN

Promenadenstraße 3–5  
12207 Berlin

Telefon 030 7791-0  
Telefax 030 7723349

[www.BethelNet.de](http://www.BethelNet.de)

[KHBE@BethelNet.de](mailto:KHBE@BethelNet.de)

Stand: Mai 2013



### KRANKENHAUS BETHEL BERLIN

## Dekubitus Erkennen. Vermeiden.



NETZWERK FÜR MENSCHEN  
DIAKONIEWERK BETHEL

## Gefahren erkennen.

### Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

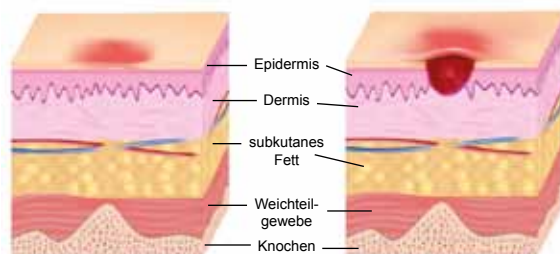
durch eine Erkrankung, einen Unfall oder eine schwere Operation sind Sie in der Bewegung stark eingeschränkt. Wir haben festgestellt, dass bei Ihnen dadurch ein erhöhtes Risiko besteht, ein Druckgeschwür zu entwickeln (Wundliegen).

Mit diesem Informationsblatt möchten wir Sie auf das Problem aufmerksam machen und Ihnen Möglichkeiten zur Vermeidung eines solchen Druckgeschwürs aufzeigen.

Jedem Mitarbeiter des Krankenhauses Bethel Berlin liegt Ihr Wohl am Herzen. Bei weiteren Fragen sprechen Sie uns bitte an.

## Was ist ein Druckgeschwür?

Ein Druckgeschwür ist eine Schädigung der Haut und des darunter liegenden Gewebes.



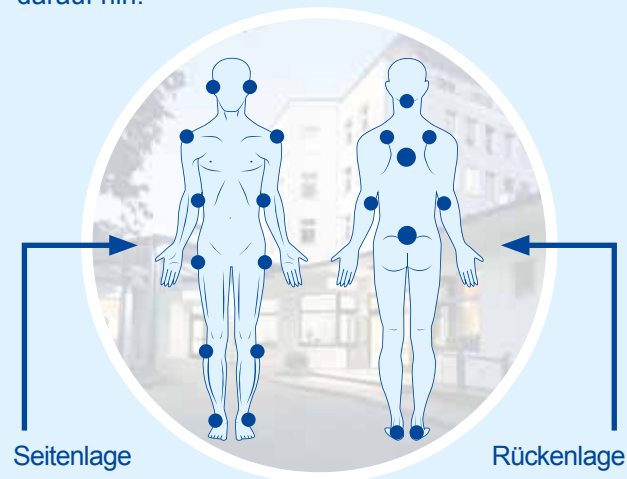
### Wie entsteht ein Druckgeschwür?

- Durch Auflagedruck bei langem Liegen/Sitzen auf der gleichen Stelle
- Die Druckdauer (Zeit) und Druckstärke (Intensität) beeinflussen die Entstehung eines Geschwürs
- Entscheidend für die Entstehung eines Druckgeschwürs ist der Sauerstoffmangel im Gewebe, der durch Druck auf die Haut entsteht (Druckempfindlichkeit)
- Bereits das Gewicht Ihres eigenen Körpers reicht aus, um die Durchblutung so stark einzuschränken, dass es zu einem Druckgeschwür kommen kann

### Wo entsteht ein Druckgeschwür?

Besonders gefährdet sind die Stellen, bei denen die Haut unmittelbar auf dem Knochen aufliegt.

Wenn Sie an diesen besonders gefährdeten Stellen Schmerzen verspüren, weisen Sie uns bitte unbedingt darauf hin.



## Vermeiden.

### Was können wir als Pflegepersonal tun, um einen Dekubitus (Druckgeschwür) zu vermeiden?

- Wir fördern Ihre Eigenbewegung durch gezielte Mobilisation und spezielle Lagerungstechniken.
- Wir unterstützen Sie dabei, regelmäßige Positionsveränderungen durchzuführen, um die druckbelasteten Körperstellen zu entlasten.
- Im Bedarfsfall statten wir Ihr Bett mit einer speziellen Matratze aus.
- Um beginnende Druckstellen frühzeitig zu erkennen, beobachten wir regelmäßig Ihre Haut (insbesondere am Gesäß und an den Fersen) auf Veränderungen.
- Wir bieten Ihnen ergänzende Trinknahrung an, um Sie in der eiweißreichen Ernährung zu unterstützen.

