



## Dekubitus: Wenn Liegen und Sitzen zum Problem werden

Zentrum für Tetra und Paraplegie Hessisch Lichtenau klärt über Druckgeschwüre auf

**Hessisch Lichtenau, 15. November 2022.** Er ist eines der größten Risiken für pflegebedürftige Menschen, wird schnell zum Problem und ist schwer wieder loszuwerden: der Dekubitus. Bei diesen Druckgeschwüren sind einzelne Stellen der Haut und oft auch das darunter liegende Gewebe geschädigt. Ein Dekubitus kann grundsätzlich an jeder Körperstelle vorkommen, oft wird er auch als „Wundliegen“ bezeichnet. Betroffen sind in der Regel Menschen, die aufgrund ihres Alters, einer Krankheit oder Behinderung in ihrer Mobilität stark eingeschränkt sind. Die häufig offenen Wunden entstehen, wenn das Gewebe dauerhaft zu starkem Druck ausgesetzt ist. Die Blutgefäße werden zusammengepresst, der Blutfluss wird unterbrochen, die Zellen werden nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt und es kommt zu Schäden am Gewebe.

Menschen mit einer Querschnittlähmung sind aufgrund ihrer fehlenden Sensibilität und Mobilität besonders anfällig für die Entstehung eines Dekubitus, erklärt Sandra Küstner, Bereichsleiterin des Zentrums für Tetra- und Paraplegie an der Orthopädischen Klinik Hessisch Lichtenau. „Nicht-gelähmte Personen verspüren nach einiger Zeit Schmerzen an den Stellen mit erhöhtem Druck auf die Haut und positionieren sich auf der Sitzfläche um. Querschnittgelähmte Personen spüren diese Warnsignale dagegen nicht und sehen daher auch keine Veranlassung, die Sitz-, Liegeposition in regelmäßigen Abständen zu verändern.“

Es gibt laut der Expertin zahlreiche **Risikofaktoren**, die solche Druckgeschwüre begünstigen können. Dazu zählt unter anderem die bereits erwähnte fehlende Mobilität, zum Beispiel durch hohes Alter, Lähmungen oder auch ein Koma. Aber auch Spastiken der Muskulatur und dadurch vermehrte Reibung können einen Dekubitus fördern, ebenso wie eine verminderte Durchblutung, fehlende Sensibilität, Unter- oder Übergewicht und Entzündungen der Haut. Achtgeben sollten Betroffene, Pflegende und Angehörige aber auch auf die vielen Kleinigkeiten: Harte Sitzkissen und Matratzen führen ebenfalls zu einer erhöhten Druckbelastung, Falten in der Bettwäsche oder auch Nähte in der Kleidung können zu Mikrotraumata der Haut führen. Wichtig ist auch das richtige Klima: Bei einer Temperaturdysregulation schwitzen Betroffene möglicherweise mehr, was zu feuchter Haut führt und wiederum die Entstehung eines Dekubitus begünstigt. „Umso wichtiger ist, Dekubitus vorzubeugen“, sagt Küstner.

### Acht Punkte zur Vorbeugung

Für ihre Patientinnen und Patienten am Zentrum für Tetra- und Paraplegie folgen Sandra Küstner und ihr Team einem acht Punkte Plan zur Vermeidung von Druckstellen.

1. **Risikobewertung:** zum Beispiel mittels der Braden Skala hinsichtlich der Mobilität, Ernährung, Reinigung, Aktivität, Feuchtigkeit und Sinneswahrnehmung der betroffenen Person.
2. **Positionswechsel:** im Rollstuhl alle 15 bis 20 Minuten, im Bett alle ein bis vier Stunden
3. **Hautkontrolle:** vor allem nach Belastung insbesondere am Gesäß, mittels Spiegel.
4. **Hautpflege:** Die Haut muss stets sauber und trocken sein
5. **Ernährung:** Auf ein Normalgewicht achten, Ernährung sollte ausgewogen sein mit ausreichend Flüssigkeit
6. **Keine Genussmittel:** Auf Nikotin und Alkohol sollten Betroffene eher verzichten, denn sie stören die Durchblutung und schädigen ebenfalls die Gefäße
7. **Hilfsmittel anpassen:** Hilfsmittel wie Rollstühle müssen optimal angepasst sein, ein zu enger Rollstuhl kann auch Druckstellen hervorrufen, spezielle Sitzkissen und auch Spezialmatratzen sind von großer Bedeutung
8. **Kleidung und Textilien:** Die Kleidung sollte nicht zu eng sein und ohne Nähte, die Druckstellen hervorrufen könnten. Die Bettwäsche und Laken müssen faltenfrei sein.





## Von der Rötung bis zur Schädigung auf den Knochen

Der Schweregrad eines Dekubitus kann von einer Hautrötung (Grad 1), über Blasen und tiefe Wunden bis hin zum offen liegenden Knochen mit völlig zerstörtem Gewebe reichen (Grad 4). „Ein Dekubitus beginnt immer mit einer geröteten Hautstelle“, weiß Sandra Küstner. Über den sogenannten **Fingertest** prüft sie die Hautstellen, ob bereits eine Schädigung vorliegt: „Man spricht von einer nicht wegdrückbaren Rötung, wenn die gerötete Stelle nicht mehr weiß wird, sobald man mit dem Finger darauf drückt und wieder loslässt.“ Dann besteht Handlungsbedarf.

Aus der Rötung, Schwellung und Verhärtung kann schnell ein größerer Hautdefekt entstehen, wenn nicht rechtzeitig druckentlastende Maßnahmen eingeleitet und die wunden Stellen behandelt werden – oft über einen längeren Zeitraum. Manchmal ist dafür auch ein Krankenhausaufenthalt nötig. Insbesondere für Querschnittgelähmte Patienten bedeutet das, wochenlang im Bett behandelt werden zu müssen und nicht am gesellschaftlichen und sozialen Leben teilnehmen zu können. „Für die Betroffenen kann das ein langer Leidensweg werden und psychisch sehr belastend sein“, erläutert Sandra Küstner. „Daher sind die Aufklärung und die Vermeidung eines Druckgeschwürs sehr wichtig. Denn die Prophylaxe ist besser als jede Therapie!“

## Das Zentrum für Tetra- und Paraplegie

Das Zentrum für Tetra- und Paraplegie (ZFTP) an der Orthopädischen Klinik in Hessisch Lichtenau ist auf die Behandlung und Rehabilitation von Patientinnen und Patienten mit Querschnittlähmung aufgrund eines Unfalls oder durch Erkrankung spezialisiert. Den Mittelpunkt der Arbeit bildet der Mensch, der sich den Ärztinnen und Ärzten, Therapeutinnen und Therapeuten sowie Pflegerinnen und Pflegern in seiner außergewöhnlichen Lebenssituation anvertraut hat. Das ganzheitliche Behandlungs- und Therapiespektrum der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auf dem LICHTENAU-Campus, zielt darauf ab, für die Patientinnen und Patienten eine umfassende Wiedereingliederung in das soziale und möglichst auch berufliche Umfeld sowie größtmögliche Selbstständigkeit zu erreichen. Für dieses Ziel arbeiten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des ZFTP medizinisch, pflegerisch, ergo- und physiotherapeutisch sowie seelsorgerisch fachübergreifend Hand in Hand.

Auf dem LICHTENAU-Campus befinden sich zahlreiche Unternehmen des diakonischen Verbundes LICHTENAU e.V., darunter die Orthopädische Klinik mit ihren umfassenden Fachbereichen und dem direkt angeschlossenen Rehazentrum. Ebenfalls zum Verbund gehören zahlreiche MVZ-Standorte in Kassel, Kaufungen, Melsungen, Guxhagen und Rotenburg an der Fulda. Das Besondere daran: Die gesamte Kette medizinischer und therapeutischer Fragestellungen kann von der Erstaufnahme über operative sowie konservative Versorgung bis hin zur Reha und ambulanter Nachsorge aus einem „Guss“ und größtenteils sogar unter einem Dach geschehen. Die enge Verzahnung der einzelnen Bereiche ermöglicht dabei kurze und fachübergreifende Absprachen der behandelnden Medizinerinnen und Mediziner und Therapeutinnen und Therapeuten.

