



H. HARTZIEKENHUIS
MOL

Infobrochure doorligwonden
voor de patiënt en zijn familie

WELKOM

BIJ HET
H. HARTZIEKENHUIS
MOL

INHOUD

Inleiding	5
Wat is een doorligwonde?	6
Hoe treedt ze op?	7
Is het erg?	8
Welke eerste tekenen moeten onze aandacht trekken?	8
Zijn bepaalde personen meer kwetsbaar dan andere?	9
Hoe doorligwonden vermijden?	10
Wat gedaan indien ze toch optreden?	14
De tien geboden tegen doorligwonden	15

INLEIDING

Dit boekje werd samengesteld om u en uw familie te helpen een aandoening te bestrijden die uw genezing kan vertragen of bemoeilijken en die nochtans dikwijls te vermijden is: **doorligwonden**.

De brochure wil raad geven, maar heeft geenszins de bedoeling de plaats in te nemen van eventuele contacten met het verzorgend team dat zich met u bezighoudt en u met genoeg raad zal geven.

WAT IS EEN DOORLIGWONDE?

Een doorligwonde (decubitus) is een **huidletsel** veroorzaakt door de combinatie van **druk en schuifkrachten** op de huid, de spieren en de bloedvaten, samengeperst tussen een hard oppervlak (matras, leunstoel, ...) en uw skelet.

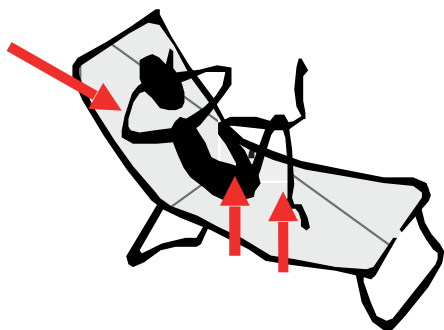
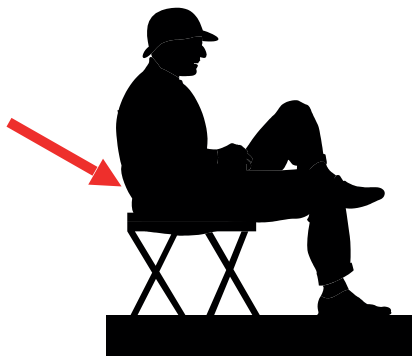
Dit leidt tot **een tekort aan zuurstof** in het betrokken gebied zodat de weefsels afsterven en een doorligwonde ontstaat.

HOE TREEDT ZE OP?

Een doorligwonde treedt op **als u in een leunstoel of in bed blijft zitten of liggen zonder te bewegen**.

De gevolgen van deze druk kunnen **vrij vlug** opduiken: twee uur zonder bewegen kan **aanzienlijke** en dikwijls **onherstelbare schade** aanrichten.

De meest getroffen zones zijn:
het **zitvlak**, de **hielen**, de **ellebogen**
en alle plaatsen die druk kunnen
ondergaan.



IS HET ERG?

Ja, altijd !!!

Altijd, want doorligwonden zijn **pijnlijk**,
zorgen voor ongemak en **verlengen uw verblijf**.

Uw **actieve deelname** en deze van uw omgeving
voor het voorkomen en de verzorging zijn dus **onontbeerlijk**.

WELKE EERSTE TEKENEN MOETEN UW AANDACHT TREKKEN?

De eerste tekenen zijn **pijn en niet-wegdrukbaar roodheid** op de plaats van de druk.

Vervolgens verschijnt er een **blaar**, die soms openbarst.

In een verder stadium ontstaat een **'zwarte' plek**, die uiteindelijk loskomt en een **echte 'holte'** achterlaat, die dikwijls moeilijk te verzorgen is.

ZIJN BEPAALDE PERSONEN MEER KWETSBAAR DAN ANDERE?

Ja, de kwetsbare personen zijn (**ongeacht hun leeftijd**):

- personen **die niet bewegen** (immobiliteit)
- personen **die moeilijk eten en drinken**
- incontinente personen (urine- of stoelgangverlies)
- personen die aan bepaalde **ziekten** lijden
(die de toestand kunnen verergeren):
beroerte, diabetes, infecties,
hypertensie (= hoge bloeddruk),
verlamming, ...



HOE DOORLIGWONDEN VERMIJDEN?



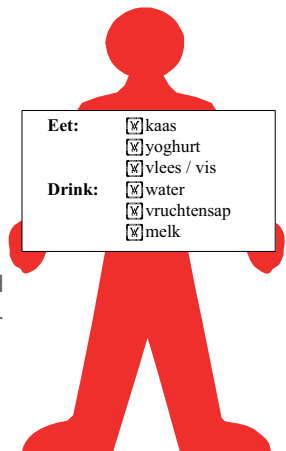
Voorkomen is beter dan genezen!

Preventie neemt altijd **minder tijd** in beslag dan behandelen!

Het gebruik van hoogtechnologisch materieel vervangt **nooit** het preventief handelen.

- **Beweeg** of vraag dat men u helpt bewegen, vooral indien een drukpunt pijn doet en/of rood is.
Kijk eventueel zelf of vraag dat iemand de betrokken zone zou inspecteren.
- **Behoud de positie** waarin het personeel u installeerde, doch dit neemt niet weg dat u zelf met de armen en benen mag bewegen.
Geef uzelf een comfortabele houding.
- Laat aan de verpleegkundige weten wanneer u niet goed zit. **Vermijd wrijvingen** en de aanwezigheid van **voorwerpen die u kunnen kwetsen** in bed (haarspelden, broodkruimels, geldstukken, plooiën in de lakens, ...).
- **Laat u** in bed of in de zetel **niet onderuitzakken**.
- **Gebruik kussens ter ondersteuning** om een bepaalde positie in bed of zetel te behouden.
- Weet dat zelfs een **geringe verandering van houding** (30°) volstaat om de druk ter hoogte van uw zitvlak en hielen te verminderen.

-
- Zorg dat uw **hielen vrijliggen**.
 - **Druk u** regelmatig **op** met uw armen in de leunstoel.
 - **Loop** zoveel mogelijk rond, alleen, met een familielid of met een kinesitherapeut.
 - **De gaafheid van uw huid is belangrijk en moet na elke beweging nagegaan worden.** Indien u incontinent bent (urine-/stoelgangverlies), is toilet met water en zeep, gevolgd door zorgvuldig afdrogen, onmisbaar.
 - Als u een gevoelige huid heeft, kan men de irritatie verzachten door **een beetje crème** aan te brengen (niet te veel, dit verweekt de huid!) of een hydraterende lotion verschillende keren per dag (vermijd alcoholhoudende lotion – bv. eau de cologne: zij droogt de huid uit).
 - Weet dat **verschillende preventiemiddelen** ter uwer beschikking staan. Het volstaat er met de verpleegkundige over te spreken, om te kiezen welke voor u het meest geschikt zullen zijn (matras tegen doorligwonden, luchtmatras, kussens).
 - **Eet goed** (vooral eiwitten: kaas, melk, yoghurt, vlees, vis) en **drink** voldoende (water, vruchtensap, thee, ...). Doe een inspanning om de u aangeboden extra voedingsmiddelen te gebruiken. Onevenwichtige voeding qua hoeveelheid of kwaliteit is een bijkomend risico voor doorligwonden. Een **diëtiste** staat ter uwer beschikking om een oplossing te zoeken voor al uw mogelijke voedingsproblemen.



WAT GEDAAN INDIEN ZE TOCH OPTREDEN?

- **Heb vertrouwen** in de verpleegkundigen en volg hun raad op.
- Vermijd verergering en **doe verder aan preventie**.
- **Steun niet langer of alleszins** zo weinig mogelijk op de aangetaste zone.
- **Beweeg** en vraag dat men u helpt bewegen, dat men u **verzorgt** en **uw huid beschermt**.
- **Wees geduldig**, doorligwonden treden snel op, maar genezen slechts langzaam.

DE TIEN GEBODEN TEGEN DOORLIGWONDEN

1. Dring aan op **preventie**. **Bewegen** is een kostbare bondgenoot.
2. Leg mij op een **gemakkelijke matras** en **onderzoek** aandachtig mijn **huid**.
3. Verander zeker **elke 2 tot 4 uur van houding** en houd mijn **hielen vrij**.
4. Laat mij **nooit te lang op de bedpan**, was mij altijd **met water en zeep** en **droog goed na**.
5. **Verkies doeltreffende verbanden en zalven** en volg de gebruiksaanwijzing.
6. Geef actieve verbanden de tijd om hun werk te doen.
7. **Volhard in mijn behandeling** en maak u **nooit snel van mijn verzorging af**.
8. **Beweeg** mij altijd met zachtheid en breng mij altijd met **nadruk evenwichtige voeding**.
9. Let erop **dat ik voldoende drink** en **motiveer mij met vriendelijke woorden**.
10. **Luister nooit naar verkeerde raad** en **vertrouw** uitsluitend op het **verzorgende team**.

Wij hopen dat deze informatie
u van nut is geweest.

Als u andere vragen heeft,
aarzel dan niet de verpleegkundigen
van uw dienst aan te spreken.

Deze brochure wordt u aangeboden door de werkgroep wondzorg en decubitus van
het H. Hartziekenhuis – Mol.

Ze is bestemd voor de patiënt en zijn familie.

Ze draagt bij tot concrete betrokkenheid in het voorkomen van doorligwonden
dankzij een theoretische en praktische benadering van het probleem.

Wij staan niet stil en werken voortdurend aan dit probleem.



**H. HARTZIEKENHUIS
MOL**

H. Hartziekenhuis Mol
Gasthuisstraat 1 - 2400 Mol
Tel.: 014/71 20 00
E-mail: info@azmol.be
www.azmol.be

Deze brochure werd ontwikkeld door, en is
eigendom van, het H. Hartziekenhuis Mol.

Elke reproductie of verspreiding zonder
toestemming van de eigenaar is verboden.



H. HARTZIEKENHUIS
MOL

Algemeen nummer: 014 71 20 00

Afspraken: 014 71 20 53

Ombudsdienst: 014 71 21 93

Spoedgevallendienst: 014 71 23 92

Afspraken radiologie: 014 71 20 43