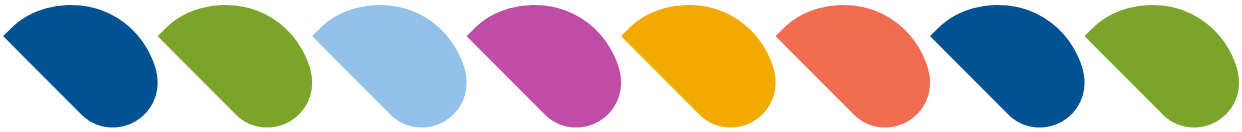
AZ MOL

DOORLIGWONDEN



ALGEMEEN

Klein in schaal, gróót in zorg

OVERZICHT

→ Klik op een titel om rechtstreeks naar de gewenste informatie te gaan.

» Inleiding
» Wat is een doorligwonde?
» Hoe treedt ze op?
» Is het erg?
» Welke eerste tekenen moeten uw aandacht trekken?
» Zijn bepaalde personen meer kwetsbaar dan andere?
» Hoe doorligwonden vermijden?
» Wat gedaan indien ze toch optreden?
» De tien geboden tegen doorligwonden

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 genoegen raad zal geven.

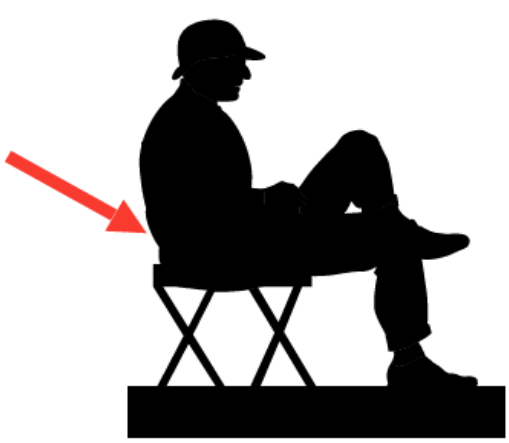
WAT IS EEN DOORLIGWONDE?

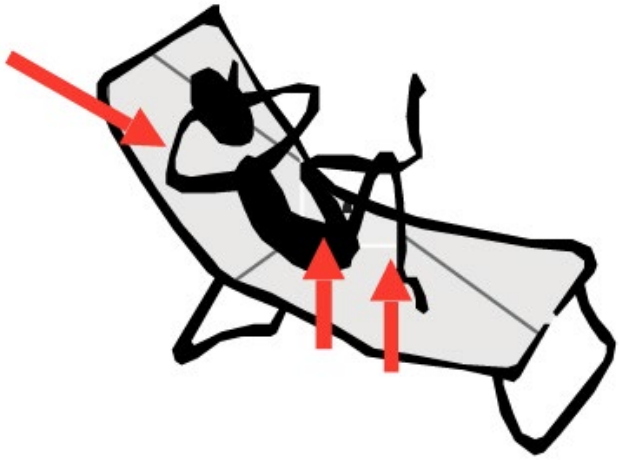
Een doorligwonde (decubitus) is een huidletsel veroorzaakt door de combinatie van druk en schuifkrachten op de huid, de spieren en de bloedvaten, samengeperst tussen een hard oppervlak (matras, leunstoel, ...) en uw skelet.

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.





TERUG NAAR OVERZICHT

IS HET ERG?

Ja, altijd!

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-wegdrukbare 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, plooien 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.

TERUG NAAR OVERZICHT

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

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

TERUG NAAR OVERZICHT

Deze brochure werd ontwikkeld door, en is eigendom van het AZ Mol.
Elke reproductie of verspreiding zonder toestemming van de eigenaar is verboden.

Revisiedatum	Auteur	Kwalificaties auteur

AZ MOL

Adres: Gasthuisstraat 1 - 2400 Mol
E-mail: info@azmol.be
Website: www.azmol.be
Algemeen nummer: 014 71 20 00
Afspraken: 014 71 20 53
Spoedgevallen: 014 71 23 92