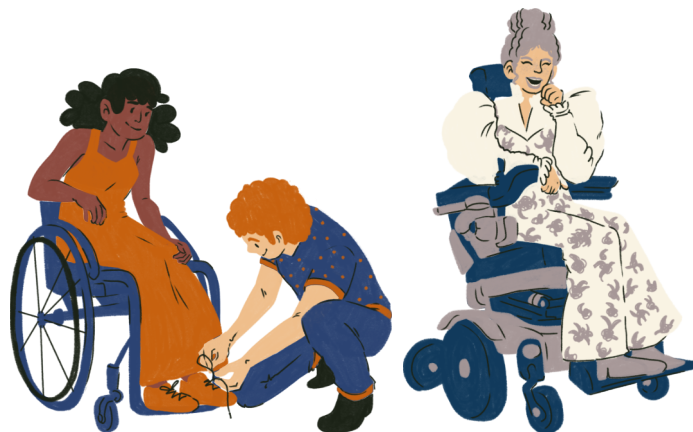


# I Informatie voor mantelzorgers.



## Voorkomen van drukletsels

bij personen die tijdelijk of  
blijvend minder mobiel zijn.

# Beste mantelzorgger



Deze infobrochure biedt informatie over hoe jij als mantelzorgger kan helpen om drukletsels te voorkomen bij iemand die tijdelijk minder mobiel is. Iemand kan bijvoorbeeld minder mobiel zijn omdat hij of zij na een operatie of ongeval het bed moet houden of een rolstoel moet gebruiken.

## **DRUKLETSELS VOORKOMEN IS BELANGRIJK!**

Drukletsels vormen een extra complicatie met mogelijks grote gevolgen. Ze kunnen leiden tot pijn en ongemak. Wanneer er schade is aan de huid is er een verhoogde kans op infecties.

**De behandeling van de zorgvrager kan afwijken van wat in deze brochure staat, gelieve individuele zorg te bespreken met uw zorgverlener.**

# Inhoudstafel

Wat is een drukletsel.....	3
Hoe herkent u een drukletsel?.....	4
Waar komt een drukletsel voor?.....	5
De risicofactoren?.....	7
Wat kan u doen?.....	8
Wat mag u niet doen? .....	10
Hulpmiddelen.....	12
Waar kan u terecht?.....	13
Notities.....	14

**Alvast bedankt voor uw interesse in deze brochure!**

# Wat is een drukletsel?



## **DRUKLETSEL**

= doorligwonde

= decubitus

= een lokale beschadiging van de huid en/of onderliggend weefsel, als gevolg van druk, of druk in combinatie met schuifkrachten.



**DRUK**



**SCHUIF-  
KRACHTEN**

## **Druk?**

Wanneer iemand ligt of zit, wordt op de huid druk uitgeoefend.

## **Schuifkrachten?**

Wanneer twee oppervlakken in contact met elkaar zijn, kunnen ze langs elkaar glijden. Dit komt bijvoorbeeld voor als iemand onderuit zakt in bed of in een (rol)stoel.

**Vermijd druk en schuifkrachten!**

# Hoe herkent u een drukletsel?



**Eerste teken = niet-wegdrukbare roodheid**

## **NIET-WEGDRUKBARE ROODHEID?**

Een rode verkleuring van de huid, die niet wegtrekt als men erop duwt met de vingers. Dit kan u testen door met een aantal vingers of een glazen plaatje lichte druk op de rode plek uit te oefenen.



Niet-wegdrukbare roodheid is vaak moeilijk zichtbaar bij een getinte huid.

## **Andere tekenen bij een getinte huid?**

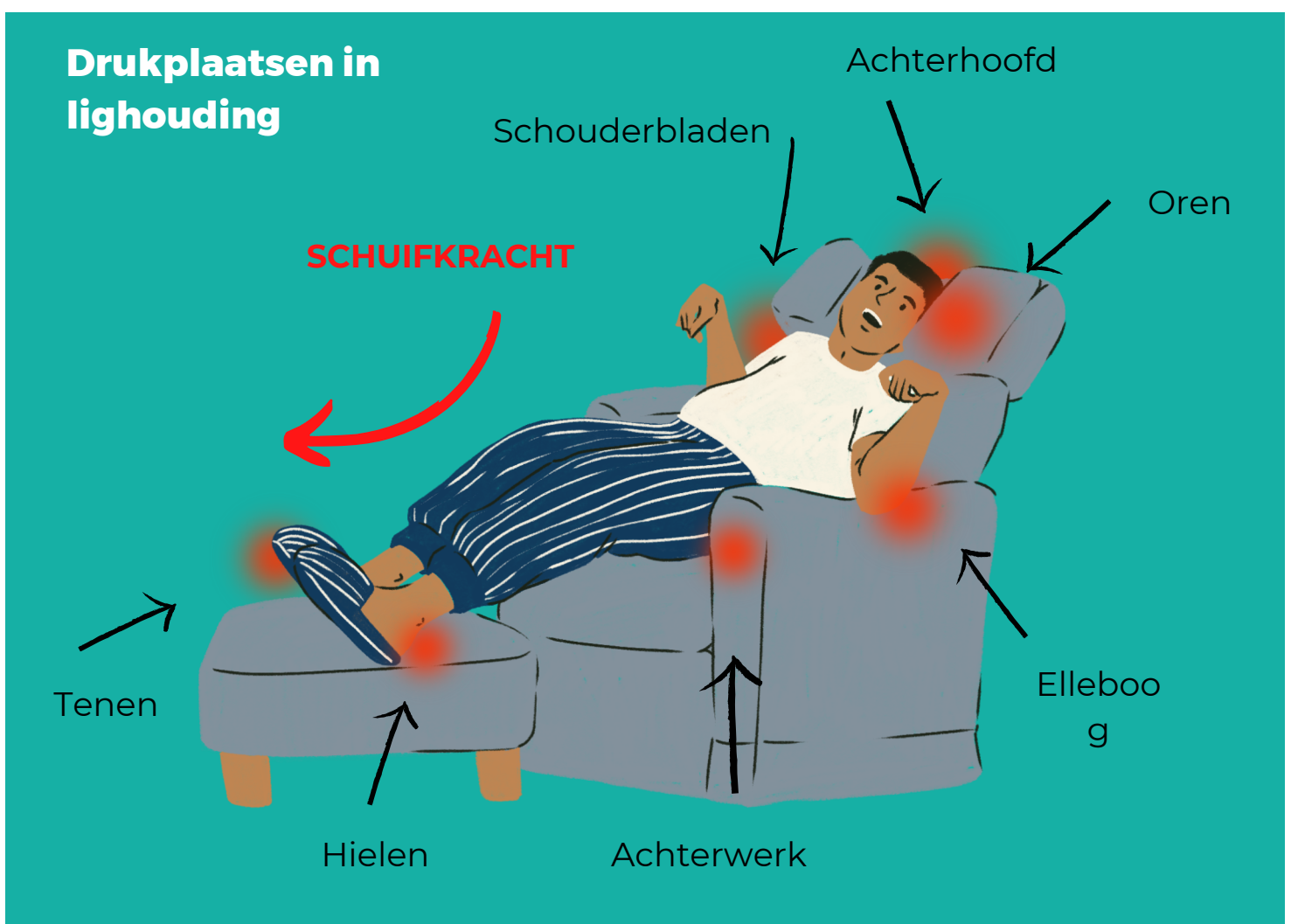


- Verandering in de temperatuur van de huid (warmer of koeler dan andere huidgebieden in de buurt).
- De huid ziet er paars of blauw uit.
- Pijn op drukplaatsen.
- In een verder stadium kan een blaar ontstaan.

# Waar komt een drukletsel voor?

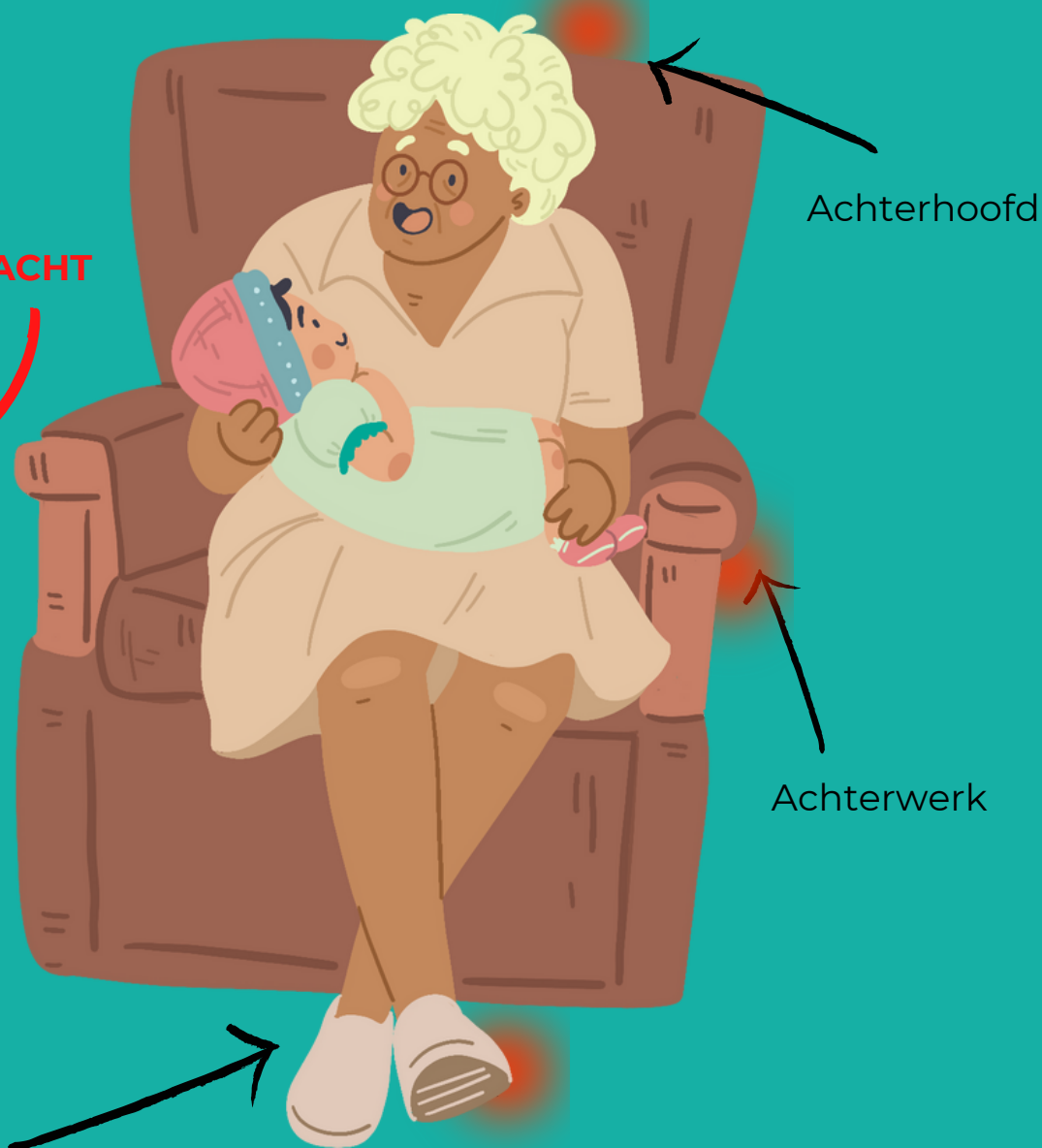
Drukletsels ontstaan op plaatsen waar veel invloed is van druk en schuifkrachten. Deze drukplaatsen zijn vaak ter hoogte van een botuitsteeksel, bijvoorbeeld de hiel of de stuit.

De drukplaatsen worden met een **rode bol** weergegeven op onderstaande afbeeldingen, dit zowel voor lig- als zithouding.



## Drukplaatsen in zithouding

**SCHUIFKRACHT**



Achterhoofd

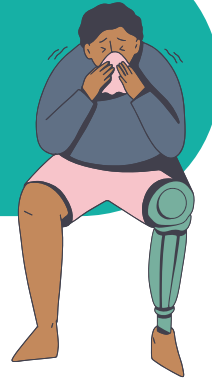
Achterwerk

Hielen.

Zeker ook bij personen in een rolstoel: opletten!

Wees extra aandachtig bij het bekijken van deze plaatsen tijdens de verzorging van de persoon in bed of (rol)stoel.

# De risicofactoren?



- Verminderde mobiliteit en daardoor niet regelmatig genoeg van houding kunnen veranderen. Bijvoorbeeld bij een beenbreuk in bed moeten blijven.
- Medische hulpmiddelen. Bijvoorbeeld een gipsverband, een sonde, een knellend verband, ...
- Een doorligwonde hebben (gehad).
- Een vochtige huid en nat incontinentiemateriaal zorgen voor een slechtere huidtoestand.
- Een verslechterde voedingstoestand.
- Een verminderd gevoel, bijvoorbeeld door een verlamming, suikerziekte, multiple sclerose, ...
- Elke ziekte of aandoening van de bloedsomloop.



# Wat kan u doen? (1)



Vermijd druk en schuifkrachten zoveel mogelijk. De conditie van de huid van de minder mobiele persoon is van groot belang. Hieronder staan enkele tips vermeld. Indien u twijfelt, contacteer dan steeds uw zorgverlener.

## Wisselhouding en positioneren

- Verander de **positie** van de minder mobiele persoon regelmatig (ongeveer om de 4u), in bed of in een (rol)stoel. Natuurlijk enkel indien zijn of haar medische toestand dit toelaat. Bijvoorbeeld: rug-, zij- en buikligging.
- Maak gebruik van **kussens** om de minder mobiele persoon te (her)positioneren. (Zie onderdeel hulpmiddelen).
- Zet in **bed** de hoofddeun én de beensteun iets omhoog.
- Laat de persoon goed achter in de **(rol)stoel** zitten met de voeten plat op de grond of op het voetplankje.
- Indien de persoon hiertoe in staat is, leer hem/haar om ten minste elk uur te **bewegen** door met de billen te wiebelen en ze op te tillen of indien mogelijk eens recht te staan of enkele stappen te zetten.
- Let op! Een **gipsverband** kan ook druk geven. Let op tekenen als pijn en roodheid. Laat het gipsverband door een arts nakijken/verwijderen.

# Wat kan u doen? (2)

## Verzorging en inspectie van de huid

- Hou de huid van de persoon schoon en vrij van te veel vocht. **Hydrateer** de huid met bijvoorbeeld een pH- neutrale vochtinbrengende crème.
- Wanneer u de huid schoonmaakt, **dep** dan zachtjes in plaats van te wrijven.
- **Controleer** de huid op rode vlekken of donkerpaarse plekken en meld deze zo snel mogelijk aan een arts of (thuis)verpleegkundige.

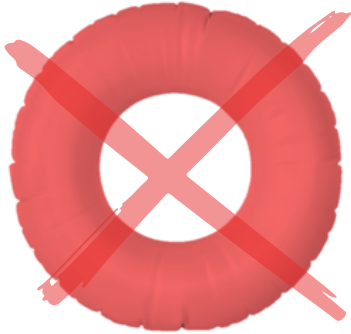
## Voeding

- Moedig **gezonde voeding** aan. Indien u twijfelt, vraag hulp aan een diëtist.
- Let erop dat de persoon **voldoende drinkt**, hoofdzakelijk water.

## Kledij

- **Vermijd strak zittende kleding** die tegen de huid van de minder mobiele persoon kan schuren.
- **Voorkom rimpels** in het beddengoed en de kleding onder het zitvlak/rug.

# Wat mag u niet doen?



een rubberen ringkussen  
gebruiken



ijsmassage  
toepassen



een schapen-  
vacht gebruiken

- Bij een wonde of blaar: vraag meteen hulp aan uw arts en/of (thuis)verpleegkundige.
- Maak geen gebruik van Eosine en iso-Betadine (ontsmettingsmiddel).
- Verplaats de persoon niet op vochtig of gekreukt beddengoed.

# Hulpmiddelen.

## STATISCHE matrassen

### Opleg luchtmatras



REPOSE Oplegmatras

### Traagschuim matras



Sampli Soft Care matras

Een traagschuim matras is beschikbaar als oplegmatras en als matrasvervanger.



---

## DYNAMISCHE matrassen



ESRI Alternierend  
vervangend matras 500s

### Alternierende matras met pomp

= met compartimenten die afwisselend opgeblazen en leeg gelaten worden.

Een alternierende matras is beschikbaar als oplegmatras of als matrasvervanger.

# POSITIONERINGSKUSSENS

## Positioneringskussens

tussen de knieën zodat deze niet tegen elkaar aan drukken, of als neksteun.



FICO  
Positioneringskussen  
Standaard



FICO Nekkussen



TEMPUR Hielkussen

---

# ZITKUSSENS



REPOSE Zitkussen met  
pomp (goed  
thuiszorgwinkel, z.d.)



SAMPLI Zitkussen  
Viscocam 85  
(goed thuiszorgwinkel,  
z.d.)



ROHO Zitkussen Mosaic  
(goed thuiszorgwinkel, z.d.)

**Hulpmiddelen zijn te huur of te koop. Vraag zeker na bij uw ziekenfonds of ze korting bieden + vraag een voorschrift bij uw huisarts voor eventuele terugbetaling.**

# Waar kan u terecht?

Enkele voorbeelden waar je info kan vinden:

## **Informatie over de behandeling van minder mobiele personen**

- Huisarts
- Thuisverpleegkundige
  - [www.thuisverpleegkundigen-vlaanderen.be](http://www.thuisverpleegkundigen-vlaanderen.be)

## **Informatie over de huur/aankoop en het gebruik van hulpmiddelen**

- Uw apotheek of Zorgpunt van uw apotheek
  - [www.zorgpunt.eu](http://www.zorgpunt.eu)
- Een winkel/online webshop van uw ziekenfonds
- Thuiszorgwebshop
  - [www.thuiszorgwebshop.be](http://www.thuiszorgwebshop.be)

## **Informatie over of hulp bij mantelzorg**

- Adressen van verenigingen van gebruikers en mantelzorgers
  - [www.zorg-en-gezondheid.be/adressen-van-verenigingen-van-gebruikers-en-mantelzorgers](http://www.zorg-en-gezondheid.be/adressen-van-verenigingen-van-gebruikers-en-mantelzorgers)
- Vlaams Expertisepunt Mantelzorg
  - [www.mantelzorgers.be](http://www.mantelzorgers.be)

# Notities.

Hier kan u specifieke telefoonnummers of info neerschrijven.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## DISCLAIMER

Deze brochure is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Aan eventuele onjuistheden of onvolledigheden kunnen geen rechten worden ontleend. De brochure is opgesteld aan de hand van de laatste stand van zaken omtrent de preventie van decubitus volgens de internationale EPUAP/NPUAP/PPPIA klinische richtlijnen (2019).

Richtlijnen kunnen veranderen naargelang de wetenschappelijke kennis en technologie evolueren. De huidige aanbevelingen dienen enkel als een richtsnoer beschouwd te worden. Het navolgen van richtlijnen garandeert niet bij elke patiënt een succesvol resultaat. Bovendien mogen ze niet vooropgesteld worden als de enige handelswijze noch mogen ze andere aanvaardbare praktijken uitsluiten die hetzelfde resultaat nastreven. Bij vragen of bedenkingen dient steeds een zorgprofessional te worden gecontacteerd.

Hoewel er steeds naar gestreefd wordt om zo actueel en correct mogelijke informatie te verspreiden, kunnen HOGENT en de onderzoekers niet instaan voor het resultaat van het handelen op basis van de verkregen informatie uit de brochure.

In geen geval zal HOGENT en/of de betrokken onderzoekers aansprakelijk gesteld kunnen worden voor eventuele nadelige gevolgen, van welke aard ook, die rechtstreeks of onrechtstreeks voortvloeien uit het toepassen van maatregelen vermeld in de brochure.

# Referenties

Coenen, J. (2022). Anti-decubitusmateriaal tegen doorligwonden. Goed thuiszorgwinkel. <https://www.thuiszorgwinkel.be/nl/shop/comfort-in-huis/comfortabel-slapen/antidecubitus>

De Cock, I., & Labeau, S. (2021). Webinar: "Begrijpen en voorkomen van drukletsels en doorligwonden". <https://vimeo.com/649065506/ea1d7ecec5>

Devos, E. (2018). Picture from nonblanchable Erythema. ESICM. <https://www.esicm.org/wpcontent/uploads/2018/04/Module-DecubICUs-LR.pdf>

Habiballah, L., & Tubaishat, A. (2016). The prevalence of pressure ulcers in the paediatric population. *Journal of Tissue Viability*, 25(2), 127–134. <https://doi.org/10.1016/j.jtv.2016.02.001>

Haesler, E., & (ed.) (2019). *The EPUAP/NPIAP/PPIA Clinical Practice Guideline*. Cambridge Media.

Kramer, H., 't Lam, J., & de Leeuw, M. (2015). Decubitus door de jaren heen. 96

MC, E. (2020). Algemeen - Hoe u doorligwonden (decubitus) kunt voorkomen bij uw kind. Erasmus MC.

Mccaskey, M. S., Kirk, L., & Gerdes, C. (2011). Preventing Skin Breakdown in the Immobile Child in the Home Care Setting. *Home Healthcare Nurse*, 29(4), 248–255. <https://doi.org/10.1097/NHH.0b013e3182119794>

Murray, J. S., Noonan, C., Quigley, S., & Curley, M. A. Q. (2013). Medical Device-Related Hospital-Acquired Pressure Ulcers in Children: An Integrative Review. *Journal of Pediatric Nursing*, 28(6), 585–595. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2013.05.004>

Pignatti, M., D'Arpa, S., Roche, N., Giorgini, F. A., Lusetti, I. L., Lorca-Garcia, C., De Santis, G., & Berenguer, B. (2021). Surgical treatment of pressure injuries in children: A multicentre experience. *Wound Repair and Regeneration*, 29(6), 961–972. <https://doi.org/10.1111/wrr.12964>

Public Health Agency. (2020). Pressure ulcer prevention for children. Public Health Agency. [https://www.publichealth.hscni.net/sites/default/files/Pressure%20Ulcer%20Childrens%20Booklet%2003\\_17\\_web\\_0.pdf](https://www.publichealth.hscni.net/sites/default/files/Pressure%20Ulcer%20Childrens%20Booklet%2003_17_web_0.pdf)

Sánchez-Lorente, M. M., Sanchis-Sánchez, E., García-Molina, P., Balaguer-López, E., & Blasco, J.-M. (2018). Prevalence of pressure ulcers in the paediatric population and in primary health care: An epidemiological study conducted in Spain. *Journal of Tissue Viability*, 27(4), 221–225. <https://doi.org/10.1016/j.jtv.2018.07.004>

Afbeeldingen hulpmiddelen: thuiszorgwinkel.be geraadpleegd op 9 januari 2022