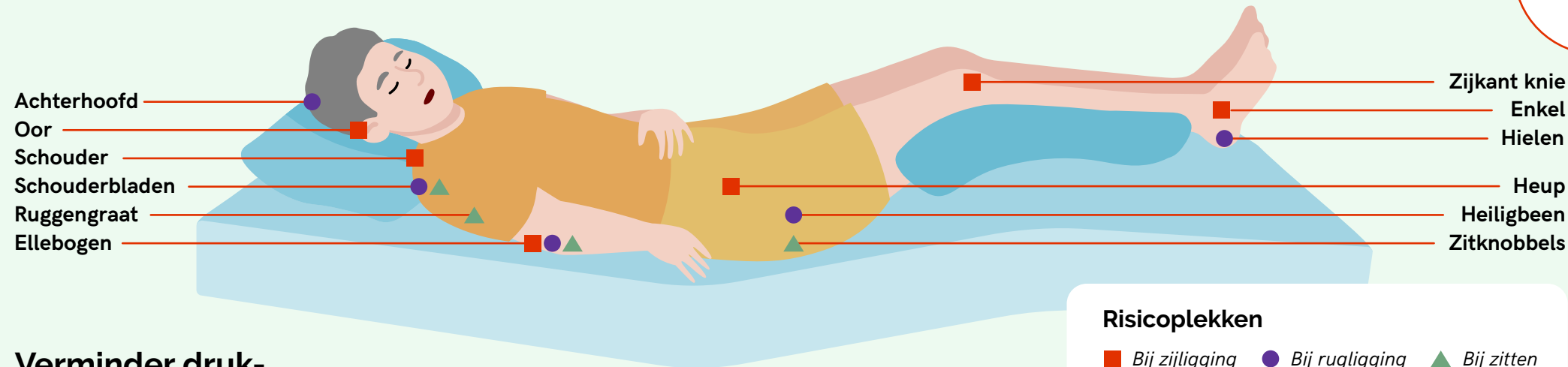


# Preventie van decubitus

Druk- en schuifkrachten kunnen schade aan de huid en/of onderliggend weefsel veroorzaken. Pas daarom preventieve maatregelen in de praktijk toe, om het risico op het ontstaan van decubitus te verkleinen of het verergeren van bestaande decubitus te voorkomen.



## Verminder druk- en schuifkrachten

### Houdingsveranderingen

- Wissel de liggende zorgvrager elke 4 uur van houding aan de hand van een wisselhoudingsschema. Blijft alert op (niet-)wegdrukbaar roodheid.
- Wissel de zittende zorgvrager elke 4 uur van houding en blijf alert op (niet-)wegdrukbaar roodheid, met name op de zitknobbels van de zorgvrager.

### Drukverlagende maatregelen

- Ondersteun de zorgvrager door gebruik te maken van een drukverlagend matras of kussens volgens het protocol van je organisatie.
- Plaats medische hulpmiddelen zoals een katheter of infuus zo dat deze geen druk uitoefenen op het lichaam.
- Pas bij het gebruik van drukverlagende maatregelen het wisselhoudingsschema toe.

### Mobilisatie

- Start met het mobiliseren van de zorgvrager, als dat mogelijk is.
- Raadpleeg een fysiotherapeut en/of ergotherapeut voor advies over en begeleiding bij de inzet van bewegingsstrategieën.

## Aandachtspunten bij houdingsveranderingen

Houdingsveranderingen zijn een essentieel onderdeel van preventieve maatregelen, omdat deze de druk wegnemen. Houd bij de frequentie van houdingsveranderingen en het gebruik van materialen in elk geval rekening met:



Gevoeligheid van huid voor druk- en schuifkrachten



Lichamelijke conditie



Behandeldoelen



Mate van activiteit en mobiliteit



Huidconditie



Eigenschappen van het matras of kussens waar de zorgvrager op ligt of zit

## Huidzorg en inspectie bij de zorgvrager

- Beoordeel de huid minimaal elke dag op risicoplekken, (niet-)wegdrukbaar roodheid en huidafwijkingen.
- Verhoog de frequentie van inspecteren als de gehele toestand verslechtert.
- Controleer de huid onder en rondom medische hulpmiddelen 2 keer per dag.
- Voer de eerste huidbeoordeling uit binnen 8 uur na de opname of nadat de zorgvrager in de zorg komt.
- Houd bij elke huidbeoordeling rekening met:
  - Temperatuur.
  - Vochtophoping (oedeem).
  - Veranderingen in de mate van gevoeligheid en stevigheid van weefseltypen.
  - Aanwezigheid van vocht.
  - Aanwezigheid van plaatselijke pijn.
- Bescherm de huid tegen:
  - uitdroging en gebruik een vochtinbrengende crème of zalf;
  - vocht en gebruik een barrièremiddel.

## Voeding van de zorgvrager

- Screen en beoordeel de voedingstoestand en gewichtsverandering van de zorgvrager:
  - als deze in zorg komt;
  - bij een verandering van de medische toestand;
  - als er geen vooruitgang in de wondgenezing is.
- Gebruik hierbij een valide instrument uit de richtlijn Voeding- en vochttekort (in ontwikkeling). Bekijk vervolgens wat er binnen je organisatie beschikbaar is.

## Voorkom of beperk

- de 90 graden zijligging;
- een halfzittende houding;
- een onderuitgezakte houding.