



Dekubitus.

**Ein praktischer Ratgeber rund um Vorbeugung
und Maßnahmen gegen Druckgeschwüre.**

Inhalt

- 4 Dekubitus – Druckgeschwür
- 8 Einstufung
- 10 Vorbeugung | Prävention
- 16 Behandlung
- 18 Diese Angebote bieten Ihnen
Pflege- und Betreuungsdienste.
- 20 Was das Hilfswerk Ihnen bietet
und wo Sie uns finden



Vorwort

Mit fortschreitendem Alter verändert sich zwangsweise der Körper, unabhängig von persönlichem Lebensstil und Vitalität. Insbesondere die Haut wird merkbar empfindlicher und sensibler. Wenn dann zusätzlich noch die Bewegung etwa durch Krankheit oder einen Unfall eingeschränkt ist, kann ein an sich harmloses längeres Sitzen oder Liegen besondere Gefahren mit sich bringen und die Betroffenen und deren Angehörige vor spezielle Herausforderungen stellen.

Druckgeschwüre, in der Fachsprache „Dekubitus“ oder umgangssprachlich „Wundliegen“ genannt, können zunächst harmlos auftreten, aber unbehandelt schwerwiegende Folgen mit sich bringen, die nicht unterschätzt werden sollten. Wie bei den meisten Erkrankungen kann ein frühzeitiges Erkennen und Behandeln den Betroffenen viel Leid und langwierige Behandlungen ersparen.

Diese Broschüre soll Ihnen helfen, Symptome möglichst früh zu erkennen und praktische Anleitungen geben, Druckgeschwüren vorzubeugen und möglichst einfach zu vermeiden. Natürlich kann die Broschüre nur die wesentlichen und wichtigsten Informationen zu diesem Thema geben und keine professionelle Hilfe und Behandlung ersetzen. Nutzen Sie deshalb bei Bedarf auch individuelle Beratungsangebote und professionelle Unterstützung durch geschultes Pflegepersonal.

Ihr Hilfswerk Team

**Wir sind Ihr Partner, wenn es um Ihre Lebensqualität geht!
Hilfswerk.**



Dekubitus – Druckgeschwür

Unsere Haut ist ein besonders sensibles Organ, doch im Alter wird sie noch empfindlicher und bedarf noch mehr Aufmerksamkeit. Wenn Sie oder Ihre Angehörigen etwa durch Krankheit oder einen Unfall für längere Zeit in der Bewegung eingeschränkt sind, muss die Haut besonders geschützt und gepflegt werden um Druckgeschwüre zu vermeiden.

Was ist ein Dekubitus und wie kann er entstehen?

Wenn die oder der Betroffene längere Zeit in derselben Position sitzt oder liegt, kann starker Druck auf bestimmte Körperstellen wirken. Durch diesen anhaltenden Druck werden die betroffenen Körperstellen nicht ausreichend durchblutet. Dabei kann nicht nur die Haut selbst, sondern in Folge auch das darunterliegende Gewebe betroffen sein. Deshalb wird ein Dekubitus

umgangssprachlich auch als „Wundliegen“ bezeichnet.

Eine ausreichende Durchblutung sorgt für die notwendige Versorgung der Zellen mit Sauerstoff und Nährstoffen. Ist die Versorgung zu gering erfolgen an den betroffenen Stellen entzündliche Reaktionen. Diese sind Anzeichen für ein Druckgeschwür (oder in der Fachsprache Dekubitus genannt). Ein unbehandeltes Druckgeschwür kann schwerwiegende Folgen haben.





Wer ist besonders dekubitus-gefährdet?

Menschen die in ihren Bewegungen langfristig oder durch Krankheit oder einen Unfall kurzfristig stark eingeschränkt wurden, sind besonders durch Druckgeschwüre gefährdet. Aber auch Personen die einem langanhaltenden Druck ausgesetzt sind, wie etwa durch einen Harnkatheter oder Falten im Leintuch, die den Druck beim Liegen verstärken können, gehören zur Risikogruppe.

Die häufigsten Ursachen für ein Druckgeschwür sind also *langanhaltender Druck*, *Reibung* und *Scherkräfte*, die etwa beim Hinunterrutschen im Bett entstehen.

Deshalb sind besonders Personen gefährdet, die:

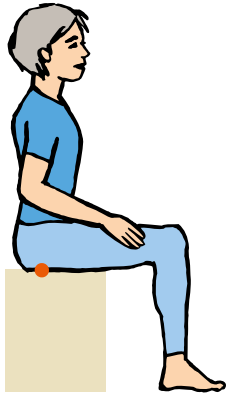
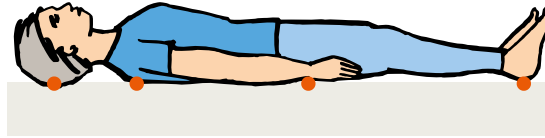
- in ihrer Bewegung eingeschränkt sind
- an einer Durchblutungsstörung oder einer Gefäßerkrankungen leiden
- ein fortgeschrittenes Alter erreicht haben und deren Haut merklich sensibler reagiert
- trockene Haut oder aber Wasseransammlungen (Ödeme) aufweisen,
- unter- oder übergewichtig sind und deren Ernährungszustand mangelhaft ist
- unter eingeschränktem Bewusstsein und eingeschränkter Sinneswahrnehmung leiden

Außerdem können auch äußere Faktoren das Risiko eines Dekubitus erhöhen, wie etwa:

- unpassende oder falsch verwendete Hilfsmittel
- Feuchtigkeit, wie beispielsweise Harn oder Schweiß
- Druck auf die Haut, der durch Kleidung, Schuhe, Falten, Knöpfe, Schläuche, etc. entsteht



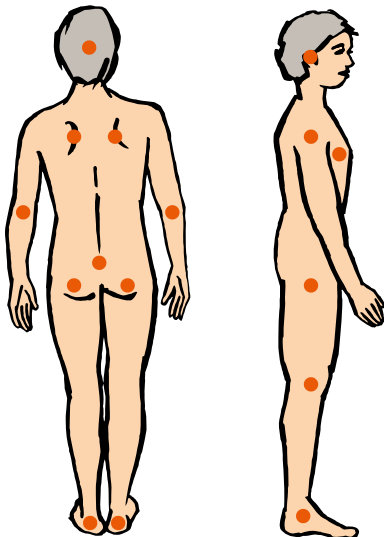
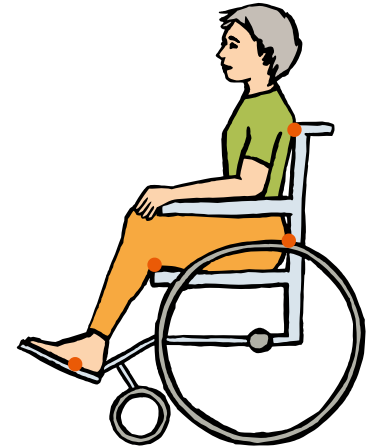
- Besonders gefährdete Hautstellen in liegender und sitzender Position.



Welche Körperstellen sind besonders betroffen und müssen beachtet werden?

Ein Dekubitus entsteht bevorzugt an jenen Stellen, an denen Haut direkt über einen vorspringenden Knochen liegt. Achten Sie deshalb besonders bei folgenden Körperstellen auf rote Stellen an der Haut:

- Hinterkopf
- Ohrmuscheln
- Schulterblätter
- Wirbelvorsprünge
- Ellenbogen
- Kreuzbein
- Gesäß
- Knie
- Knöchel
- Fersen



Ein Dekubitus kann grundsätzlich aber an jeder Körperstelle entstehen und nicht nur durch langes Liegen, sondern auch durch langes Sitzen (Sitzlagern) auftreten.

Mehr als 25 Jahre Erfahrung und
Entwicklung – das Vorbild für
moderne Wundversorgung

Safetac[®] versiegelt die Wundränder
und reduziert das Mazerationsrisiko¹

Safetac[®] minimiert Schmerz
und Trauma während des
Verbandswechsels^{2,3}



● Mepilex[®]XT



● Mepilex[®]Border



● Mepilex[®]Border Flex



Erfahren Sie mehr unter www.molnlycke.com

Mölnlycke Health Care GmbH, Wagenseilgasse 14, 1120 Wien
Tel +43 1 278 85 42-0, info.at@molnlycke.com



Einstufung

Nicht jede Wunde ist ein Dekubitus. Gerade am Gesäß (Analfalte) bzw. überall wo Haut auf Haut trifft, wie etwa der Bauchfalte oder unter der Brust, können Wunden entstehen. Eine lang anhaltende Feuchtigkeitsbelastung durch Urin oder auch durch Schweiß schädigt die Haut. Daher ist nicht jede Rötung am Gesäß ein Dekubitus, es kann sich auch um eine Feuchtigkeitswunde handeln.

Wie unterscheide ich einen Dekubitus von einer Feuchtigkeitswunde?

Bei einer Rötung kann mit dem **Fingerdrucktest** überprüft werden, ob sich ein Dekubitus entwickelt.

Drücken Sie dazu mit einem Finger kurz und fest auf die Hautrötung. Bleibt die Rötung nach dem Loslassen weiter bestehen, ist davon auszugehen, dass ein Dekubitus vorliegt.

Verfärbt sich die Haut weiß, ist anzunehmen, dass es sich bei der Rötung um keine druckbedingte Hautschädigung handelt. Die Rötung sollte jedoch genau beobachtet werden und man sollte herausfinden woher die Rötung stammt.

Gibt es unterschiedliche Stadien eines Dekubitus?

Dekubitus ist nicht gleich Dekubitus. Je früher Sie ein Druckgeschwür erkennen, desto einfacher kann es behandelt werden. Um festzustellen wie weit ein Dekubitus fortgeschritten ist wird er in Stadien eingeteilt. Je fortgeschrittener der Dekubitus ist, desto höher die Kategorie.

Ein Dekubitus kann schwerwiegende Folgen haben. Deshalb sollten Sie schon bei einer Rötung umgehend ärztliche Hilfe einholen oder verständigen Sie Ihre Pflegerin oder Ihren Pfleger.





Die Dekubitus-Klassen (nach EPUAP – European Pressure Ulcer Advisory Panel)

Stadium 1	<i>Die vorhandene Hautrötung ist nicht wegdrückbar (Fingerdrucktest), bei intakter Haut meist über einen knöchernen Vorsprung</i>	Der Bereich kann schmerzhaft sein und härter, weicher, wärmer oder kälter als das umgebende Gewebe.
Stadium 2	<i>Teilverlust der Haut</i>	Die Haut ist zum Teil (bis in die Lederhaut) geschädigt, es zeigt sich ein flaches Geschwür oder eine gefüllte Blase oder eine Hautabschürfung.
Stadium 3	<i>Vollständiger Verlust der Haut</i>	Es besteht ein Verlust der Hautschichten, Unterhautfettgewebe kann sichtbar sein, Knochen Sehnen und Muskeln liegen jedoch nicht offen. Die Tiefe des Dekubitus ist abhängig von seiner Lokalisation. Am Ohr, am Knöchel oder am Hinterhaupt kann das Dekubitalgeschwür sehr oberflächlich sein, während bspw. am Gesäß der Dekubitus sehr tief sein kann. Es können sich auch Taschen bilden oder das Geschwür kann unterminiert sein.
Stadium 4	<i>Vollständiger Verlust des Gewebes</i>	Das Gewebe ist vollständig verloren, die Knochen, Sehnen oder Muskeln liegen frei. Es können Beläge oder Schorf, Taschenbildungen oder Unterminierungen vorliegen. Auch hier ist die Tiefe des Dekubitus wieder abhängig vom Ort des Auftretens.

Vorbeugung | Prävention

Ein Dekubitus ist meist die Folge einer allgemeinen Verschlechterung des Gesundheitszustands. Gerade bei älteren, hilfsbedürftigen Menschen mit einer Bewegungseinschränkung sollte einem Dekubitus immer vorgebeugt werden.

Wie kann ich einen Dekubitus verhindern?

Besonders auf ausreichende Bewegung, Hautpflege und Ernährung, Positionsveränderung und Druckentlastung sollte geachtet werden:

Beweglichkeit

Use it or lose it – „Nutze es oder verliere es.“ lautet das Motto und bedeutet, dass motorische Fähigkeiten verloren gehen, wenn sie nicht genutzt werden. Dies ist insbesondere im Alter von wesentlicher Bedeutung. Es ist nicht nur für die Dekubitusprävention wichtig, die Beweglichkeit zu erhalten oder wieder zu Erlangen. Bewegliche und mobile Menschen sind auch im Alltag selbständiger und haben eine höhere Lebensqualität. Besonders Einschränkungen in der Bewegung können dazu führen, dass zu lange, oder zu starker Druck auf eine Körperstelle einwirkt und sich dort ein Dekubitus entwickelt. Je beweglicher ein Mensch ist, desto leichter kann Druck entlastet oder vermieden werden.



Beweglichkeit erhalten oder wieder erlangen senkt das Dekubitusrisiko.





Hautpflege

Die Haut ist ein besonders sensibles Organ. Wenn die Gefahr eines Dekubitus steigt verlangt sie nach besonderer Beachtung. Um einem Dekubitus vorzubeugen sollten Sie

- den Hautzustand regelmäßig kontrollieren, jede Veränderung ernst nehmen
- die Haut sauber und trocken halten
- energisches Reiben und massieren, besonders bei dekubitusgefährdeten Stellen, vermeiden
- die Haut nach jedem Wechsel der Inkontinenzeinlagen reinigen und Hautpflegeprodukte verwenden, die die Haut vor übermäßiger Feuchtigkeit schützen
- Wärmeflaschen oder Heizkissen nie unmittelbar auf die Hautoberfläche legen
- Leintuch, Kleidung, Einlagen möglichst faltenfrei halten
- keine Hautpflegeprodukte anwenden, die die Haut austrocknen

Ernährung

Es kann sein, dass der Bedarf an notwendigen Nährstoffen durch die herkömmlichen Mahlzeiten nicht gedeckt werden kann. Ausreichende Ernährung, Vitamine und Flüssigkeit sind aber notwendig um einen Dekubitus zu vermeiden. Sie können sich behelfen indem Sie

- besonders angereicherte oder hochkalorische Eiweiß-Nahrungsergänzungsmittel verwenden
- darauf achten ausreichend zu trinken (mindestens 1,5 l pro Tag), besonders bei erhöhter Temperatur, Erbrechen, Durchfall oder übermäßigem Schwitzen,
- auf Vitamine und Mineralstoffe in der Nahrung achten

Auch bewusste Ernährung hilft Dekubitus vorzubeugen. Dazu gehören unter anderem vitaminreiche Kost, mineralstoff- und eiweißreiche Nahrungsmittel sowie ausreichendes Trinken.

Veränderung der Position

Menschen, mit einem erhöhten Dekubitusrisiko oder einem Dekubitus sollten ihre Liege- oder Sitzposition regelmäßig verändern.

Pflegefachkräfte und Apotheker informieren und beraten umfassend und individuell, was alles getan werden kann um einen Dekubitus möglichst zu verhindern. Nehmen Sie rechtzeitig Hilfe und Unterstützung in Anspruch.



Druckentlastung: Wie kann durch Lagern, Umlagern und Druckentlastung ein Dekubitus verhindert werden?

Die allerwichtigste Maßnahme ist immer die Druckentlastung. Jede Positionsveränderung soll die Dauer und die Stärke des Drucks auf anfällige Körperstellen verringern oder neu verteilen. Jede Lageveränderung hilft auch die Beweglichkeit und das Wohlbefinden zu steigern.

Die Position der oder des Betroffenen zu verändern ist ein sensibler Bereich. Sie sollten dabei unbedingt die Beratung und Schulung von Pflegefachleuten in Anspruch nehmen. Je nach Beschwerden, sollten eventuell bestimmte Lagerungen nicht angewendet oder Alternativen gewählt werden.

Das sollten Sie grundsätzlich beachten:

Lagerung auf Knochenvorsprüngen

sollte möglichst vermieden werden, vor allem mit bereits vorhandener, nicht wegdrückbarer Rötung (siehe Fingerdrucktest)

Transfer

Zum Transfer z. B. vom Bett auf einen Sessel sollten Hilfsmittel verwendet werden um Reibung und Scherkräfte zu vermindern

Umlagern

- Personen beim Umlagern mit einem Hebetuch heben und nicht ziehen um Reibung und Scherkräfte zu vermindern
- bei jedem Umlagern darauf achten, dass die Person nicht auf Schläuchen, Drainagen, Falten oder sonstigen Objekten zu liegen kommt.

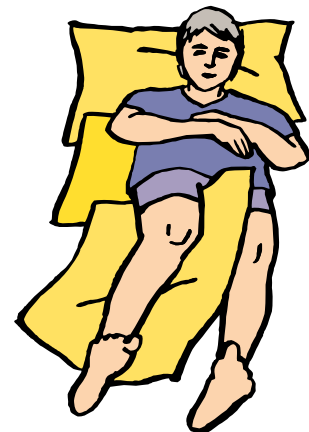
Positionsveränderungen

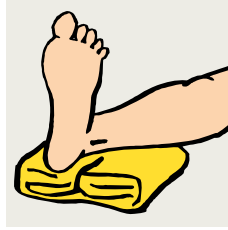
Personen ermutigen und erinnern selbst die Position zu verändern, sich in 30° Seitenlage oder flach ins Bett zu legen.

30° Seitenlage

Diese Lagerung eignet sich besonders gut zur Druckentlastung. Bei der 30° Seitenlage wird entweder die rechte oder linke Körper- und Gesäßhälfte belastet. Dabei unterstützt ein großer Polster rechts oder links der Wirbelsäule bis in den Gesäßbereich die leichte (30°) Seitenlage.

Die Beine werden in leichte Schrittstellung gebracht und ein ausreichend großer Polster wird zwischen die Beine gelegt, um den Knie- und Knöchelbereich weich zu lagern.

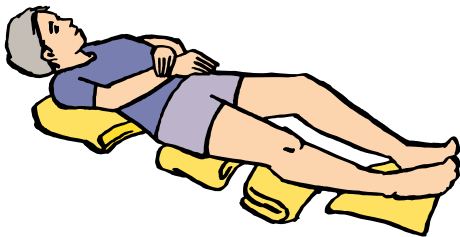




Mikrolagerung

Sie kann bei allen Personen angewendet werden, die sich nicht ausreichend selbst bewegen können. Mit der Mikrolagerung können sanft und schnell Lagerveränderungen durchgeführt werden. Schon kleine Verlagerungen des Schwerpunktes bewirken einen positiven Effekt auf die Druckverteilung.

Bei der Mikrolagerung werden Handtücher, Pölster oder Bettdecken als Hilfsmittel verwendet. So kann z. B. ein gefaltetes Handtuch unter die Schulter gelegt werden oder eine Decke als Rolle unter die Kniekehlen gelegt werden. Nach einiger Zeit sollten mit Hilfe der Pölster, Decken oder Handtücher andere Körperstellen entlastet werden.



Freilagerung

Besonders gefährdete oder betroffene Körperstellen, wie bspw. die Fersen sollten frei gelagert werden. Man kann dazu ein Handtuch falten und unter den Unterschenkel legen. Um das Knie nicht zu überstrecken, sollte eine weitere Handtuchrolle in die Kniekehle gelegt werden. Man kann auch die Beine auf einen Polster lagern, um die Fersen über der Matratze „schweben zu lassen“ oder eine Freilagerungsvorrichtung für die Fersen verwenden.

Sitzen im Bett

Beim Sitzen im Bett die Person so lagern und unterstützen, dass sie nicht hinunterrutscht, um Scherkräften vorzubeugen.

90° Seitenlage/Seitenlagerung

sollte vermieden werden, weil dadurch der Druck verstärkt wird.

Langes Sitzen (Sitzlagern)

sollte ebenfalls vermieden werden, denn beim Sitzen ist der Druck um ein Vielfaches höher als beim Liegen, da die Auflagefläche kleiner ist. Die Empfehlung liegt bei maximal zwei Stunden „Sitzen“, anschließend

sollte zumindest eine Stunde die Stelle von Druck entlastet werden.

Positions- und Lagewechsel

Position oder Lagerung sollte auch dann regelmäßig verändert werden, wenn eine druckverteilende Unterlage verwendet wird.

Es gibt noch weitere Lagerungstechniken. Pflegefachpersonal weiß welche der Methoden in welcher Situation am besten angewendet werden sollte und informiert Sie gerne auch über die notwendigen Intervalle der Lagerungswechsel.

Wo erhalte ich gezielt Unterstützung?

Nutzen Sie die Pflegeberatung des Hilfswerks!

Informieren Sie sich unverbindlich bei unserer Servicehotline oder bestellen Sie unseren kostenlosen Pflegekompass mit weiteren Informationen zum Thema Pflege unter **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich) oder www.pflegekompass.hilfswerk.at



Dekubitusvorbeugung und druckverteilende Unterlagen / Hilfsmittel

Die Risikofaktoren für die Entstehung eines Dekubitus sind von Person zu Person unterschiedlich. Daher ist die Entscheidung, welche Unterlagen/Hilfsmittel zum Einsatz kommen, von verschiedenen Faktoren, wie z. B. die Höhe des Dekubitusrisiko, das Stadium des Dekubitus, der Bewegungsgrad oder auch der geistige Zustand abhängig. Zu den druckverteilenden Unterlagen zählen einfache Sitz- oder Lagerungskissen bis hin zu ganzen Bettsystemen. Grundsätzlich haben alle Hilfsmittel das Ziel den Druck, der auf die gefährdeten Stellen wirkt, zu vermindern.

Antidekubitus-Hilfsmittel können eingeteilt werden in:

Weichlagerungssysteme

Dazu zählen bspw. Schaumstoffmatratzen, Gelaufagen, Luftkissen etc. Durch die Weichlagerung wird die Auflagefläche vergrößert und der Druck vermindert. Man sollte bei den Weichlagerungssystemen darauf achten, dass die Person genügend Halt auf der Matratze findet und bei Bewegungen unterstützt wird.

Wechseldrucksysteme

Wechseldruckmatratzen haben verschieden angeordnete Luftkissen, die abwechselnd mit Luft aufgepumpt werden. Dadurch kommt es zu einer regelmäßigen Druckentlastung.

Micro-Stimulations-Systeme

Diese fördern die Wahrnehmung und Bewegung und reduzieren Schmerzen. Sie bieten dem Körper eine einheitliche Auflagefläche zur gleichmäßigen Druckverteilung und fördern damit die Eigenbewegung, helfen bei der Wahrnehmung des eigenen Körpers und sind besonders gut geeignet für Schmerzpatienten, Menschen mit Demenz und Schlaganfallpatientinnen und -patienten.

Was sollte beim Einsatz von Unterlagen und Hilfsmitteln berücksichtigt werden?

- Unterlagen und Hilfsmittel sollten gezielt und geplant eingesetzt werden – Information und Beratung durch Pflegefachpersonal und/oder Bandagisten einholen
- Unterlagen und Hilfsmittel wirken nur dann, wenn sie für die betroffene Person auch wirklich geeignet sind und auch richtig eingesetzt werden

- Achten Sie darauf, dass die eingesetzten Unterlagen und Hilfsmittel die Beweglichkeit nicht behindern oder einschränken
- Unterlagen und Hilfsmittel unterstützen zwar, können aber regelmäßige Lageveränderungen nicht ersetzen
- Wechseldrucksysteme können die Muskelspannungen erhöhen, daher sind sie beispielsweise für Schlaganfallpatientinnen und -patienten weniger geeignet

Welche Hilfsmittel sollten nicht mehr zum Einsatz kommen?

Aus pflegewissenschaftlicher Sicht sollen die folgenden Hilfsmittel bei einem Dekubitusrisiko oder bei einem Dekubitus nicht mehr zum Einsatz kommen. Sie sind ungeeignet, weil sie punktuell den Auflagedruck erhöhen und es damit zu einer Minderdurchblutung des Gewebes kommt.

- Felle
- Wassermatratzen und Wasserkissen
- Sitzringe und Fersenringe
- Watteverbände

HydroTherapy

Wirksam. Und Einfach.

*Ein innovatives
Therapiekonzept,
das wirklich
überzeugt.*



HydroTherapy

Zwei perfekt aufeinander abgestimmte Präparate von der Wundreinigung bis zur Wundheilung.



1 HydroClean® plus

Aktive Wundreinigung durch einzigartigen Saug-Spül-Mechanismus.



2 HydroTac®

Schneller Wundverschluss durch feuchtigkeitsregulierende AquaClear Technologie.

Behandlung

» Auf einen Dekubitus darfst Du alles legen, nur nicht die Betroffene oder den Betroffenen.«

Was sollten Sie jedenfalls bei der Behandlung von Dekubitus berücksichtigen?

Körperstellen, die von Dekubitus betroffen sind, sollten weitgehend von Druck entlastet werden. Sie sollten nicht mehr Zeit als notwendig auf einem Sessel verbringen um die betroffene Stelle nicht zusätzlich zu belasten. Jedenfalls sollte der Sessel mit einer druckentlastenden Sitzauflage ausgestattet sein. Grundsätzlich sollten alle druckentlastenden Lagerungen, wie sie im Kapitel zur Vorbeugung eines Dekubitus beschrieben wurden, angewendet bzw. berücksichtigt werden.

Hautzustand

Besonders wichtig ist es, dass Sie den Hautzustand regelmäßig kontrollieren und umgehend die behandelnde Ärztin oder behandelnden Arzt oder das Pflegepersonal über Veränderungen und insbesondere über Rötungen informieren.

Schmerz

Ein Dekubitus ist immer schmerzhaft. Eine entsprechende Schmerzmedikation, richtige Lagerung, (entsprechende) Lagerungshilfen wie auch eine passende Wundversorgung können einen bedeutsamen Beitrag leisten, um die Situation zu erleichtern.

Ganz anders ist die Situation bei Betroffenen mit Sensibilitätsstörungen. Der Schmerz verliert seine Warnfunktion, weil das Schmerzempfinden herabgesetzt ist. In diesem Fall ist eine genaue Inspektion, vor allem der gefährdeten Körperstellen umso wichtiger.

Wundbehandlung

Ein bereits bestehender Dekubitus sollte entsprechend dem jeweiligen Stadium behandelt werden. Bei der Behandlung sind viele Faktoren, zu





berücksichtigen. Nicht allein die entsprechende Wundversorgung, auch der allgemeine Gesundheitszustand, das Ausmaß der Beweglichkeit oder der richtige Einsatz von Wundversorgungsmaterialien und von druckentlastenden Hilfsmitteln, wie noch viele andere Aspekte fließen in die Behandlung eines Dekubitus mit ein.

Grundsätzlich sollten zusätzlich alle Maßnahmen, die im Kapitel zur Vorbeugung eines Dekubitus beschrieben wurden, angewendet bzw. berücksichtigt werden, um der Entstehung weiterer Druckgeschwüre entgegen zu wirken.



Information, Beratung, Schulung

Lassen Sie sich von Pflegefachpersonen beraten. Jeder Mensch ist einzigartig und daher sind viele Einzelheiten, alle Eigenheiten und speziellen Bedürfnissen bei der Vorbeugung und der Behandlung eines Dekubitus zu berücksichtigen. Ihre Pflegerin oder Ihr Pfleger unterstützt Sie, informiert über die unterschiedlichen Lagerungen im Bett, Sitzlagerung im Sessel, Lagerungshilfen oder über druckverteilende Unterlagen.

Lassen Sie sich über notwendige Umlagerungen und die verschiedenen Arten davon beraten oder holen Sie sich Informationen über angepasste Ernährung, Energie-, Vitamin- und Flüssigkeitszufuhr. Gut geschultes Pflegepersonal gibt auch wichtige Informationen über richtige Hautpflege, Körperpflege und Kleidung oder auch Schulung zur Auswahl von richtigen Hilfsmitteln und auch deren Anwendung.

Bei einer Beratung vor Ort wird Ihnen auch gezeigt wie sie beispielsweise richtig lagern.

Wo erhalte ich gezielt Unterstützung? Nutzen Sie die Pflegeberatung des Hilfswerks!

Informieren Sie sich unverbindlich bei unserer Servicehotline oder bestellen Sie unseren kostenlosen Pflegekompass mit weiteren Informationen zum Thema Pflege unter 0800 800 820 (gebührenfrei aus ganz Österreich) oder www.pflegekompass.hilfswerk.at

Literatur

- Eva-Maria Panfill, Gerhard Schröder: *Pflege von Menschen mit chronischen Wunden. Lehrbuch für pflegende und Wundexperten*. Zweite, korrigierte und ergänzte Auflage, Bern/Göttingen, Verlag Hans Huber 2010

Diese Angebote bieten Ihnen Pflege- und Betreuungsdienste.

Wenn Sie sich über Unterstützungsmöglichkeiten informieren wollen:

Pflegeberatung.

Eine gute Pflegeberatung bietet Information, Unterstützung und Entscheidungshilfe, damit Sie die bestmögliche Lösung für Ihre persönliche Situation oder die Ihrer Angehörigen finden). Sie unterstützt bei Fragen zu Pflege und Pflegegeld, bei organisatorischen Fragen und Formalitäten. Selbstverständlich können Sie in der Pflegeberatung auch persönliche Fragen ansprechen, die Sie eventuell belasten. Eine Pflegeberatung kann bei Ihnen bzw. Ihren Angehörigen zu Hause stattfinden. Je nach Voraussetzung und weiterer Vorgangsweise ist sie kostenlos für Sie. Erkundigen Sie sich unverbindlich!

Wenn Sie das entscheidende Plus an Sicherheit zu Hause suchen:

Notruftelefon, Rauchmelder, Schlüsselsafe.

Das Notruftelefon bietet rasche Hilfe im Notfall – in den eigenen vier Wänden, rund um die Uhr, einfach, zuverlässig. Ein Druck auf den mobilen Sender – und die Notrufzentrale wird alarmiert und organisiert rasch die nötige Hilfe. Als Zusatzleistungen gibt es die Organisation von Arztterminen, Taxibestellungen oder Erinnerungsalarme. Der Rauchmelder ist mit dem Notruftelefon gekoppelt und löst bei Rauchbildung einen Feueralarm in der Notrufzentrale aus. Der Schlüsselsafe schafft sicheren und optimalen Zutritt beispielsweise für Rettungsdienste.

Wenn Sie gut essen möchten, aber nicht kochen können oder wollen:

Mobiler Menüservice bzw. Essen auf Rädern.

Mit einem Menüservice bekommen Sie Ihre Mahlzeiten direkt ins Haus geliefert. Die Speisen werden nach bewährten Rezepten frisch zubereitet, fachgerecht verpackt und warm oder (tief)gekühlt zugestellt – Vitamine und Nährstoffe bleiben optimal

erhalten. Sie brauchen die Speisen zu Hause nur noch genießen! Zur Auswahl stehen auch Diabetiker- und Leichtkost, cholesterinarme, vegetarische, glutenfreie und laktosefreie Speisen.

Wenn Sie professionelle, stundenweise Unterstützung zu Hause brauchen:

Heimhilfe, Hauskrankenpflege.

Die Heimhilfe hilft im Haushalt, beim Aufräumen und Putzen, beim Einkaufen und Kochen, und unterstützt Sie bei der Körperpflege, beim An- und Auskleiden, beim Essen und Trinken, bei Erledigungen und Wegen. Die Hauskrankenpflege ist zuständig für medizinische und pflegerische Versorgung wie Verbandwechsel, Injektionen, Medikamente, aufwendige Körperpflege, Aktivierung, Mobilisation, Vorbeugung, für Information und Anleitung, Hilfestellung bei der Entlassung aus Krankenhaus oder Rehabilitation, Beratung und Unterstützung bei Pflegegeld- und Förderanträgen sowie bei der Auswahl und Organisation von Pflegehilfsmitteln.



Wenn Sie nicht alleine leben können und jemanden bei sich im Haus brauchen:

24-Stunden-Betreuung.

Personenbetreuer/innen (meist aus Ost-/Südeuropa) wohnen mit Ihnen bzw. Ihren Angehörigen im Haushalt und wechseln sich in einem meist 14-tägigen Turnus bei der Betreuung ab. Sie unterstützen bei der Lebensführung und bei Alltagsaktivitäten, leisten Hilfe im Haushalt, unterstützen beim Essen und Trinken, bei der Körperpflege, beim An- und Ausziehen, übernehmen nach Bedarf medizinisch-pflegerische Tätigkeiten, erledigen Besorgungen, leisten Gesellschaft.

Wenn Sie als pflegende/r Angehörige/r eine Auszeit brauchen:

Kurzzeit- und Urlaubspflege.

Sie können die 24-Stunden-Betreuung auch nur für einen begrenzten Zeitraum von zwei, drei oder vier Wochen in Anspruch zu nehmen – für eine Urlaubsbetreuung, zur Entlastung oder zur Überbrückungsbetreuung, wenn Sie auf einen Heimplatz warten. Auch Seniorenpensionen/heime bieten diese Möglichkeiten an.

Wenn Sie nicht mehr zu Hause leben können oder wollen:

Betreutes Wohnen, Seniorenpensionen/-heime.

Gut geführte Seniorenpensionen/-heime bieten professionelle Pflege und Betreuung sowie Service, Komfort und Sicherheit rund um die Uhr, eine angenehme und anregende Atmosphäre, soziale Einbindung und Aktivitäten, eine weitreichende Entlastung der Angehörigen. Betreutes Wohnen bietet Privatsphäre in der eigenen, barrierefreien Wohnung. Gleichzeitig sind Sicherheit und optimale Betreuung durch professionelle Service- und Unterstützungsangebote garantiert.

Wenn Sie Hilfsmittel und Pflegehilfsmittel benötigen:

Beratung zu und Organisation von geeigneten Produkten.

Es gibt eine Fülle nützlicher Produkte für Ihre Gesundheit, Ihre Sicherheit und Ihr Wohlbefinden: Produkte zur Hautpflege, Desinfektionsmittel, Hygieneartikel, Inkontinenzversorgung, Trink- und Ergänzungsnahrungen, Pflegebetten, Hilfen für Bad und Toilette, und vieles mehr. Nutzen Sie unsere fachkundigen Beratungs- und Unterstützungsangebote.

Erkundigen Sie sich auch über:

mobile Therapie (bei Problemen mit Bewegung, Motorik, Sprache), Besuchs- und Begleitdienste, Überleitungspflege, Palliativpflege, Spezialberatungsangebote zu Demenz, Schmerz, Sturzprävention, Wohnraumanpassung, Tagesbetreuung, Gedächtnistraining, Veranstaltungen.

Lassen Sie sich über Unterstützungsmöglichkeiten beraten!

Informieren Sie sich unverbindlich unter **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich) oder unter www.pflegekompass.hilfswerk.at

Was das Hilfswerk Ihnen bietet und wo Sie uns finden

Das Hilfswerk ist eine der beliebtesten Anlaufstellen für Menschen, die Unterstützung, Beratung, Pflege und Betreuung brauchen. Als erfahrener und bewährter Dienstleister sind wir für Ihre Anliegen und Fragen da. Wir beraten und unterstützen Sie gerne. Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren.

Im Burgenland

Burgenländisches Hilfswerk

Robert-Graf-Platz 1, 7000 Eisenstadt
Tel. 02682/651 50 Fax DW 10
office@burgenland.hilfswerk.at

Dienstleistungsangebote: Kostenlose Erstberatung • Mobile Hauskrankenpflege • Heimhilfen • Mehrstundenbetreuung • Senioren pensionen in Purbach, Eisenstadt, Draßmarkt, Lockenhaus, Güttenbach und Limbach • Senioren-Tagesbetreuung • Kurzzeit- und Urlaubs- pflege • Notruftelefon • Kunden- und Angehörigenberatung • Informationsver- anstaltungen für pflegende Angehörige • Wund- und Schmerzmanagement • Palliative Pflege

In Kärnten

Hilfswerk Kärnten

8.-Mai-Straße 47, 9020 Klagenfurt
am Wörthersee
Tel. 05 0544-00 Fax DW 5099
office@hilfswerk.co.at

Dienstleistungsangebote: Hauskranken- pflege • Heimhilfe • Altenhilfe • Unterstützung und Beratung von pfle- genden Angehörigen • Essen auf Rädern • Mobiles Sanitätshaus • Notruftelefon • 24-Stunden Betreuung • Betreubares Wohnen • Behindertentagesstätte • Sozial- servicestelle • Ehrenamtliche Projekte

In Niederösterreich

Hilfswerk Niederösterreich

Ferstlergasse 4, 3100 St. Pölten
Tel. 02742/249 Fax DW 1717
office@noe.hilfswerk.at

Dienstleistungsangebote: Mobile Pflege- beratung • Hauskrankenpflege • Beratung zu speziellen Pflegefeldern (Demenz, Schmerz, Palliativpflege, Mobilität, Haut- und Wundpflege, Diabetes, Inkontinenz) • Heimhilfe • Mobile Therapie (Ergo- & Physiotherapie/Logopädie) • Produkte rund um Gesundheit, Wohlbefinden und Sicherheit • Notruftelefon • Hilfs- werk Menüservice • Essen auf Rädern • Beratungen, Schulungen für pflegen- de Angehörige • Wohnraumberatung/ Sturzprävention • Betreutes Wohnen • Gedächtnistraining • Ehrenamtliche Angebote (u. a. Besuchsdienst, mobile HILFSWERKstätte) • Familien-, Partner- und Jugendberatung • Mobile Frühförde- rung • NÖ Frauentelefon 0800 800 810 • NÖ Krisentelefon 0800 20 20 16

In Oberösterreich

Oberösterreichisches Hilfswerk

Dametzstraße 6, 4010 Linz
Tel. 0732/77 51 11 Fax DW 200
office@ooe.hilfswerk.at

Dienstleistungsangebote: Hauskranken- pflege • Mobile Betreuung und Hilfe • Begleitung pflegender Angehöriger • Notruftelefon • 24-Stunden Betreuung • Mobile Therapie (Logo/Ergo/Physio/ Psycho) • Tageszentrum Steyr • Lebens- haus Oberneukirchen • Tageszentrum Hilfswerk Eferding • Haus- und Heim- service • Betreubares Wohnen • Sozial- beratung • Case Management im Rahmen der bedarfsorientierten Mindestsicherung • Mobile Kinderkrankenpflege • Mobile Frühförderung

In der Steiermark

Hilfswerk Steiermark

Paula-Wallisch-Straße 9, 8055 Graz
Tel. 0316/81 31 81-0 Fax DW 4098
office@hilfswerk-steiermark.at

Dienstleistungsangebote: Hilfe und Pflege daheim mit Hauskrankenpflege, Pflegehilfe und Heimhilfe • 24-Stunden Betreuung • Notruftelefon • Palliativ-Betreuung • Betreutes Wohnen für Senioren • Psy- chosoziale Beratungsstellen • Geronto- psychiatrischer Fachdienst Feldbach • Mobile Sozialpsychiatrische Betreuung • Tagesstrukturen • Vollzeitbetreutes Wohnen • Jugendkrisenunterbringung und -interventionsstelle DIE BURG • MOKIDI Mobiler Kinderkrankenpflege- dienst • Behindertenbetreuung



In Salzburg

Hilfswerk Salzburg

Kleßheimer Allee 45, 5020 Salzburg
Tel. 0662/43 47 02-0 Fax DW 9022
office@salzburger.hilfswerk.at

Dienstleistungsangebote: Hauskranken-
pflege • Haushaltshilfe • Betreutes
Wohnen • Seniorenheime • Senioren-
tageszentren • Essen auf Rädern
• Notruftelefon • 24-Stunden Betreuung
• Unterstützung für pflegende Angehörige
• Sozialberatung vor Ort in den Familien-
und Sozialzentren • Vermittlung von
Pflegehilfsmitteln • Beratung in Sachwal-
terschaftsfragen • Nachbarschafts-Treffs
• Mobile Kinderkrankenpflege

In Wien

Wiener Hilfswerk

Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien
Tel. 01/512 36 61 Fax DW 33
info@wiener.hilfswerk.at

Dienstleistungsangebote: Heimhilfe • Haus-
krankenpflege • Kinderhauskrankenpflege
• Besuchsdienst • Tageszentren für
Senioren/innen • Angehörigenberatung
• Mobiles Palliativ-Team – Mobiles
Hospiz • Notruftelefon • Essen auf
Rädern • 24-Stunden Betreuung • Haus-
und Heimservice • Senioren-Wohn-
gemeinschaften mit mobiler Betreuung
• Spezielles Angebot für pflegende
Angehörige: Online-Infobereich,
geschlossene Facebook-Gruppe,
Newsletter • 10 Nachbarschaftszentren
(u. a. Gesundheitsberatung, Selbsthilfe-

gruppen, generationenübergreifende
Gruppenangebote) • Freiwilligen-Ma-
nagement • Wissensbörse • Sozialberatung
• Rechtsberatung • SOMA-Sozialmarkt
Neubau und SOMA-Sozialmarkt Ottakring
• Caritative Hilfe • Freizeiteinrichtungen
für Menschen mit Behinderung –
u. a. Club 21-Freizeitclub für Menschen
mit Behinderung (ab 18 Jahren),
VAKÖ (Verband aller Körperbehinderten
Österreichs) mit Club Sonnenstrahl für
Menschen mit Behinderung (50plus-
Generation)

24-Stunden-Betreuung

Hilfswerk Personaldienstleistungs- GmbH

Schönbrunner Straße 297-307/4. OG,
Top 3, 1120 Wien
Tel. 01/522 48 47 Fax DW 25
24stunden@hilfswerk.at

Internationale Arbeit

Hilfswerk Austria International

Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien
Tel. 01/40 57 500-0
office@hwa.or.at

Bundesgeschäftsstelle

Hilfswerk Österreich

Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien
Tel. 01/40 57 500-0
office@hilfswerk.at

**Das Hilfswerk bietet regional
abgestimmt eine Fülle von weiteren
Dienstleistungen rund um Kinder-
betreuung, Lernen, Jugend und
Familie, sowie Beratung, Soziales,
Krisen, Flüchtlinge und Integration
an. Erkundigen Sie sich Ihrem
Bundesland!**

**Oder rufen Sie gebührenfrei aus
ganz Österreich 0800 800 820.
Oder besuchen Sie uns einfach
unter www.hilfswerk.at**

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber: Hilfswerk Österreich,
1120 Wien, Grünbergstraße 15/2/5, Tel. 01/40 57 500-0,
E-Mail: office@hilfswerk.at, www.hilfswerk.at;
Redaktion: Roland Nagel, Daniel Gunzer; Lektorat:
Susanne Dolezal; Grafik-Grundlagen (Corporate Design):
© Hilfswerk Österreich; Grafikdesign: Willi Schmid, Wien;
Illustrationen: Heidi Kohlmaier; Fotos: © Hilfswerk Österreich /
Suzy Stöckl; Scisetti Alfio (S. 5 o., 8 u.), goldbany (S. 5 r.),
phanuwatnadee (S. 8 o.), Tim UR (S. 10 u.), Volodymyr
Shevchuk (S. 11 o.), emuck (S. 11 M.), Jultud (S. 11 r.),
simonidat (S. 14), Vera Kuttelvaserova (S. 15 u., 25 l. u.),
Karandaev (S. 17 o.), Kovaleva_ka (S. 17 u.), Himmelssturm
(S. 25 l. o.), Vera Kuttelvaserova (S. 25 l. u.) © Fotolia;
Druck: Wograndl, Mattersburg; Stand: Oktober 2016

Anlaufstellen, Adressen, Kontakte

Hilfswerk Servicehotline

0800 800 820

(gebührenfrei aus ganz Österreich)
Information und Beratung rund um
Pflege und Betreuung, Pflegegeld
und Organisatorisches, Service
und Bestellungen (Broschüren)

Hilfswerk Pflegekompass im Internet

www.pflegekompass.hilfswerk.at

Servicehotline Hilfswerk

Notruftelefon 0800 800 408

(gebührenfrei aus ganz Österreich)
Information und Beratung zu Notruf-
telefon und Produkten für Sicherheit
und Komfort zuhause

Servicehotline Hilfswerk

24-Stunden-Betreuung 0810 820 024

Information und Beratung rund um
24-Stunden-Betreuung sowie Urlaubs-
und Kurzzeitpflege

Pflegetelefon des Sozialministeriums

0800 201 622

(gebührenfrei aus ganz Österreich)
Information zu Pflegegeld, begünstigte
Pensionsversicherung für pflegende
Angehörige, Betreuungsmöglichkeiten,
finanzielle Hilfe und Förderungen,
Pflegekarenz, Pflegezeit, Familien-
hospizkarenz

Sozialministerium Servicestellen

Information und Service u. a. zur
finanziellen Unterstützung beim Ankauf
von Hilfsmitteln

Tel. 05 99 88

(aus ganz Österreich zum Ortstarif)
www.sozialministeriumservice.at

Website des Sozialministeriums

www.sozialministerium.at

Soziales/Pflege und Betreuung

Plattform für pflegende Angehörige des Sozialministeriums

www.pflegedaheim.at

Website www.help.gv.at

Amtswege leicht gemacht! Amtshelfer
rund um Rechtliches und Organisa-
torisches insbesondere zu Vorsorge-
vollmacht, Sachwalterschaft, Testament,
Pflege- und Betreuungsdiensten,
Alten- und Pflegeheimen, Pension,
Mindestsicherung

Teleambulanz für Patientinnen und Patienten mit chronischen Wunden Krankenhaus Göttlicher Heiland

Tel. 01/400 88-6200

service@khgh.at
Dornbacher Straße 20-28
1170 Wien

Wundambulanz im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Wien

Tel. 01/21121-0

Johannes-von-Gott-Platz 1
1020 Wien

Österreichische Gesellschaft für Dekubitusprävention www.apupa.at

Deutsche Dekubitusliga

www.deutsche-dekubitusliga.de

Patientenleitlinien

Universität Witten/Herdecke

**[www.patientenleitlinien.de/Dekubitus/
dekubitus.html](http://www.patientenleitlinien.de/Dekubitus/dekubitus.html)**