

Dekubitus: Können spezielle Matratzen und Auflagen Druckgeschwüre verhindern?



Für Menschen mit einem erhöhten Risiko für einen Dekubitus ist es wichtig, sich so oft wie möglich zu bewegen – falls nötig mit Unterstützung. Zusätzlich können druckentlastende Hilfsmittel wie spezielle Bettauflagen und Matratzen das Risiko für Druckgeschwüre senken.

Für Menschen mit einem erhöhten Risiko für einen Dekubitus ist es wichtig, sich so oft wie möglich zu bewegen – falls nötig mit Unterstützung. Zusätzlich können druckentlastende Hilfsmittel wie spezielle Betauflagen und Matratzen das Risiko für Druckgeschwüre senken.

Druckgeschwüre (Dekubiti) lassen sich vermeiden. Die Wunden treten besonders bei Menschen auf, die sich kaum oder gar nicht bewegen können und deshalb viel liegen oder im Rollstuhl sitzen müssen. Ein Druckgeschwür entsteht beispielsweise, wenn Menschen nicht oft genug bei der Bewegung unterstützt oder umgelagert werden. Auch bei Operationen oder durch medizinisches Material wie Gipsverbände kann es zu einem Dekubitus kommen.

Ursache eines Druckgeschwürs ist eine schlechte Durchblutung eines Hautbereichs, der zu lange einem äußeren Druck ausgesetzt ist. Druckgeschwüre entstehen meist an Stellen, wo sich Knochen nahe der Hautoberfläche befinden, wie am Steiß, der Hüfte und den Fersen. Die Haut ist dort dünner und der Druck kann sich wegen der anliegenden Knochen schlechter verteilen, so dass Blutgefäße zusammengedrückt werden. Hält dieser Zustand an, wird das Gewebe nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Die Haut wird noch dünner und kann mit der Zeit absterben. Dadurch entsteht eine offene Wunde.

Ein Dekubitus ist für die Betroffenen sehr belastend. Er kann sehr schmerzhaft sein, besonders wenn man auf der Wunde liegt oder sitzt. Zudem können Erreger in die Wunde eindringen und es kann zu Entzündungen bis hin zur Blutvergiftung (Sepsis) kommen. Ein Druckgeschwür heilt in der Regel sehr schlecht und langsam, und die Behandlung ist oft aufwändig, unangenehm oder schmerzhaft. Da es Möglichkeiten gibt, die Entstehung eines Druckgeschwürs zu verhindern, ist es wichtig, so viel wie möglich dafür zu tun, dass es erst gar nicht zu diesen unangenehmen Folgen kommt.

Mit druckentlastenden Maßnahmen Risiken minimieren

Bei Menschen mit einem erhöhten Risiko für einen Dekubitus ist es nötig, besonders auf Druckentlastung zu achten: Menschen, die über lange Zeiträume im Bett liegen, müssen sich deshalb so viel wie möglich – falls nötig mit Unterstützung – bewegen, umdrehen und aufsetzen. Falls ihnen das nicht möglich ist, müssen sie regelmäßig in andere Positionen gelagert werden, damit sie nicht zu lange auf einer Seite oder dem Rücken liegen.

Besonders wichtig ist, dass auch schwächere Personen sich möglichst viel bewegen und damit so selbstständig wie möglich bleiben.

Zusätzlich dazu können druckentlastende Hilfsmittel wie Auflagen, Matratzen und spezielle Kissen eingesetzt werden. Solche Hilfsmittel funktionieren nach zwei Prinzipien:

- Zunächst gibt es solche, die den Druck auf eine größere Körperfläche verteilen. Dazu gehören bestimmte Matratzen (beispielsweise aus Schaumstoff oder Gel) und Auflagen (zum Beispiel medizinische Schaffelle). Auflagen können aus Wolle oder Fell sein oder Materialien wie Silikon oder Gel enthalten.
- Andere Systeme funktionieren über Wechseldruck. Das heißt, dass unterschiedlich starker Druck abwechselnd auf bestimmte Körperregionen verteilt wird. Dies funktioniert über luftgefüllte Matratzen oder Auflagen, die an verschiedenen Stellen stärker oder schwächer aufgeblasen werden können.

Die Kranken- oder Pflegekassen übernehmen für viele zu Hause benötigte Hilfsmittel die Kosten oder stellen zum Beispiel Pflegebetten leihweise zur Verfügung. Nähere Informationen kann man direkt bei den Kassen, in der Arztpraxis oder einer Pflegeberatungsstelle erhalten.

Studien zu druckentlastenden Hilfsmitteln

Welchen Nutzen haben druckentlastende Hilfsmittel, und sind bestimmte Produkte besser als andere? Um das herauszufinden, haben Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der Cochrane Collaboration nach Studien gesucht, die diese Fragen beantworten können. Die Cochrane Collaboration ist ein internationales Forschungsnetzwerk, das sich zum Ziel gesetzt hat, systematisch die verfügbaren Informationen über die Wirksamkeit medizinischer Maßnahmen zu sammeln. Dafür wertet es die Ergebnisse klinischer Studien aus.

Am aussagekräftigsten sind sogenannte randomisierte kontrollierte Studien. In solchen Studien werden die freiwilligen Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer nach dem Zufallsprinzip in Gruppen aufgeteilt, von denen eine die zu testende Behandlung und die andere(n) ein Scheinmedikament (Placebo), keine oder eine andere

Therapie erhalten. Auf diese Weise ist es möglich, herauszufinden, wie sich die Behandlung auf die Gesundheit der Teilnehmenden auswirkt.

Die Cochrane-Forschergruppe suchte nach Studien, die den Nutzen von Hilfsmitteln zur Vorbeugung bei Menschen mit einem erhöhten Risiko für ein Druckgeschwür untersuchten. Sie fanden 53 solcher Studien, in denen die verschiedenen Hilfsmittel in der Regel entweder mit normalen Matratzen oder miteinander verglichen wurden. Dies klingt nach einer großen Datenbasis – angesichts der Vielzahl der eingesetzten Hilfsmittel konnten sie jedoch nur für einige davon aussagekräftige Schlüsse ziehen.

Schaumstoff- und Wechseldruckmatratzen sowie spezielle Schaffelle verringern das Dekubitusrisiko

Die Studien zeigen, dass weniger Menschen Druckgeschwüre bekommen, wenn man Matratzen aus speziellem Schaumstoff anstelle herkömmlicher Krankenhausmatratzen einsetzt. Solche Schaumstoffmatratzen sind deutlich weicher als herkömmliche Matratzen. Sie passen sich dem Körper an, sodass man beim Liegen etwas in sie einsinkt. In Krankenhäusern, Pflegeheimen oder zu Hause werden solche Matratzen mittlerweile häufig eingesetzt. Einige wenige Studien deuten an, dass auch Wechseldrucksysteme Druckgeschwüren vorbeugen können. Wie gut sie helfen und ob bestimmte Systeme besser sind als andere, muss jedoch noch besser untersucht werden.

Es fanden sich keine Studien zu Wasserbetten, und es gibt auch noch nicht genügend Forschung zu unterschiedlichen Spezialkissen für Betten und Rollstühle. Einige dieser Kissen haben Aussparungen für die knöchigen Körperstellen, andere bestehen aus Gel, sodass sich der Druck des Körpers verteilen kann. Man weiß nicht, ob diese Spezialkissen helfen oder sogar schaden können.

Wenn das Bett sehr weich ist, könnte es manchen Menschen schwerer fallen, sich zu bewegen: Es bietet weniger Widerstand, um sich abzustützen und anders hinzulegen. Bei schwächeren Menschen, die ihre Position eigentlich noch selbstständig verändern können, führt dies vielleicht dazu, dass sie sich im Bett weniger bewegen. Es kann von daher sinnvoll sein, auf solche Unterschiede zu achten und genau zu überprüfen, ob eine andere Matratze oder Auflage benötigt wird.

Drei Studien liefern Hinweise darauf, dass medizinische Schaffelle aus Australien, die als Matratzenauflagen eingesetzt werden, ebenfalls das Risiko für ein Druckgeschwür mindern können. Für andere Felle fanden sich keine aussagekräftigen Studien.

Auch wenn bestimmte Auflagen und Matratzen das Risiko für Druckgeschwüre reduzieren können: Sie können den Druck auf den Körper nur mindern, nicht ganz aufheben. Deshalb ist die Druckentlastung durch Bewegung oder Umlagerung weiterhin das Wichtigste. Ambulante Pflegedienste und Beratungsstellen bieten Schulungen an, in denen man lernen kann, wie man bei der Pflege zu Hause am besten Druckgeschwüre verhindert. Mehr über die Entstehung und Vorbeugung von Druckgeschwüren können Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.527.de.html>) lesen.

Autor: Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Nächste geplante Aktualisierung: Mai 2014. Mehr darüber, wie unsere Gesundheitsinformationen aktualisiert werden, erfahren Sie hier (URL: [http://www.gesundheitsinformation.de/index.643.de.html?bab\[sul](http://www.gesundheitsinformation.de/index.643.de.html?bab[sul) .

Glossar

Cochrane Collaboration

Die Cochrane Collaboration ist ein internationaler Zusammenschluss von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern, die sich zusammengetan haben, um in einzelnen Teams ("Cochrane Review Groups") zu medizinischen Fragen sogenannte systematische Übersichten (Reviews) zu erstellen, mit deren Hilfe wissenschaftlich begründete Aussagen über die Wirksamkeit medizinischer Therapien möglich werden. Zu diesem Zweck haben die Mitglieder der Cochrane Collaboration Methoden entwickelt, um systematisch und umfassend die verfügbaren Informationen über klinische Studien und die Wirksamkeit medizinischer Maßnahmen zu sammeln. Das Ziel der Cochrane Collaboration ist es, Ärztinnen, Ärzten, Patientinnen und Patienten wissenschaftlich fundierte Hilfen für informierte Entscheidungen zur medizinischen Versorgung zu geben und somit medizinische Entscheidungen insgesamt zu verbessern. Die deutsche Internetadresse der Cochrane Collaboration, auf der sich die Organisation selbst vorstellt, lautet www.cochrane.de.

Dekubitus

Ein Druckgeschwür (Dekubitus) ist eine offene Wunde. Diese entsteht durch einen anhaltenden Druck auf die Haut. Die Schädigung kann von einer Rötung der betroffenen Stelle (Schweregrad 1 eines Druckgeschwürs) bis hin zu einer offenen Wunde (Schweregrad 2 bis 4) reichen. Druckgeschwüre entwickeln sich meist durch längeres Liegen oder Sitzen in einer Stellung bei Menschen, die sich wenig oder nicht bewegen können. Sie entstehen vor allem an den Körperstellen, an denen die Haut dem Knochen unmittelbar anliegt, beispielsweise an Schulterblättern, Steiß oder Ferse. Manchmal treten sie auch unter einem nicht richtig sitzenden Gips auf. Weitere Faktoren, die die Entstehung eines Dekubitus begünstigen, sind Durchblutungsstörungen oder chronische Erkrankungen wie Diabetes mellitus. Bei Menschen mit Diabetes können auch falsch sitzende Schuhe ein Druckgeschwür verursachen.

Druckgeschwüre

Ein Druckgeschwür (Dekubitus) ist eine offene Wunde. Diese entsteht durch einen anhaltenden Druck auf die Haut. Die Schädigung kann von einer Rötung der betroffenen Stelle (Schweregrad 1 eines Druckgeschwürs)

bis hin zu einer offenen Wunde (Schweregrad 2 bis 4) reichen. Druckgeschwüre entwickeln sich meist durch längeres Liegen oder Sitzen in einer Stellung bei Menschen, die sich wenig oder nicht bewegen können. Sie entstehen vor allem an den Körperstellen, an denen die Haut dem Knochen unmittelbar anliegt, beispielsweise an Schulterblättern, Steiß oder Ferse. Manchmal treten sie auch unter einem nicht richtig sitzenden Gips auf. Weitere Faktoren, die die Entstehung eines Dekubitus begünstigen, sind Durchblutungsstörungen oder chronische Erkrankungen wie Diabetes mellitus. Bei Menschen mit Diabetes können auch falsch sitzende Schuhe ein Druckgeschwür verursachen.

Sepsis

Bei einer Sepsis werden Krankheitserreger, meist Bakterien, von einem lokalen Entzündungsherd, zum Beispiel einer Hautinfektion oder bei Verletzungen, über die Blutbahnen gestreut. So lösen sie im ganzen Körper eine Infektion aus. Eine Sepsis geht unter anderem mit hohem Fieber, Schüttelfrost und allgemeinem Schwächegefühl einher. In der Folge kann es zum Ausfall von Organen kommen. Ohne Behandlung ist eine Sepsis lebensgefährlich.

Therapie

Als Therapie (von „therapeia“, griechisch: Pflege, Heilung) wird in der Medizin die Behandlung von Krankheiten, einzelnen Beschwerden oder Verletzungen bezeichnet. Genauer sind damit die einzelnen Maßnahmen zur Behandlung einer Erkrankung gemeint. Diese Maßnahmen umfassen beispielsweise eine Änderung der Ernährungsweise, die Einnahme von Medikamenten, Operationen oder Krankengymnastik. Das Ziel einer Therapie ist Heilung oder zumindest eine Verbesserung der Beschwerden.

Quellen

Die IQWiG-Gesundheitsinformationen stützen sich auf Forschungsergebnisse aus der internationalen Literatur. Wir identifizieren die zuverlässigsten aktuell verfügbaren wissenschaftlichen Erkenntnisse, insbesondere aus sogenannten „systematischen Reviews“. Darin werden wissenschaftliche Studien zum Nutzen und Schaden von Behandlungen und anderen Maßnahmen der Gesundheitsversorgung zusammenfassend analysiert, sodass Fachleute und Betroffene deren Vor- und Nachteile abwägen können. Mehr Informationen dazu, wie systematische Reviews aufgebaut sind und warum sie die zuverlässigsten Belege liefern, finden Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.61.de.html>) . Außerdem lassen wir unsere Gesundheitsinformationen begutachten, um die medizinische und wissenschaftliche Korrektheit unserer Produkte sicherzustellen.

McInnes E, Jammali-Blasi A , Bell-Syer SEM, Dumville JC, Cullum N. Support surfaces for pressure ulcer prevention. *Cochrane Database of Systematic Reviews*: Version 2011, Issue 4. CD001735. [Cochrane-Zusammenfassung (URL: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/clsysrev/articles/CD001735/frame.html>)]

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.