



AZ SINT-ELISABETH ZOTTEGEM

# Preventie van doorligwonden

Informatiebrochure  
voor de patiënt en de familie





---

## VOORWOORD

---

Het ontstaan van doorligwonden vormen een belangrijk gezondheidszorgprobleem. Ze brengen zowel ongemakken als kosten met zich mee. Het is dan ook belangrijk om het ontstaan van doorligwonden te voorkomen of vroegtijdig te herkennen.

De brochure is bedoeld voor u en uw familie. U kan er informatie in terugvinden over hoe en waar op uw lichaam doorligwonden kunnen ontstaan. De brochure bevat ook informatie over preventieve maatregelen.

Aarzel niet om zo nodig bijkomende vragen te stellen aan uw arts of verpleegkundige. Gelieve deze brochure te bewaren zodat u en/of uw verpleegkundige zo nodig iets kan noteren.

---

## WAT IS EEN DOORLIGWONDE

---

Een doorligwonde wordt ook wel **decubitus** of **drukletsel** genoemd. Het is een beschadiging van de huid en/of onderliggende weefsels (vetweefsel, spieren, pezen) ten gevolge van druk- en schuifkrachten. Wanneer u ligt of zit, wordt op uw huid en/of onderliggende weefsels druk uitgeoefend. Dit gebeurt ter hoogte van een beenderig uitsteeksel, zoals bijvoorbeeld de stuit, heupen en hielen.

---

## HOE ONTSTAAT EEN DOORLIGWONDE EN HOE KUN JE EEN DOORLIGWONDE HERKENNEN?

---

Roodheid is vaak een eerste teken van decubitus. Er kunnen ook (open) blaren ontstaan en in het ergste geval worden dit diepe wonden die niet vanzelf genezen.

Wanneer u om een bepaalde reden zoals ziekte, ouderdom of een operatie weinig beweegt of kunt bewegen, kan een doorligwonde ontstaan. Doorligwonden kunnen ook ontstaan als u:

- Lang in dezelfde houding ligt of zit
- Langdurig rechtop zit
- Onderuit zakt of schuift in bed of in de zetel

Bij opname en tijdens uw verblijf in het ziekenhuis zal de verpleegkundige nagaan of u risico loopt om een doorligwonde te ontwikkelen. Aan de hand van observaties en een risicoschaal zal nagegaan worden of u nood heeft aan bijkomende preventieve maatregelen.

---

## HOE EEN DOORLIGWONDE VOORKOMEN?

---

Om het ontstaan van een doorligwonde te voorkomen dient (men) u regelmatig van lichaamshouding te veranderen, zal er aangepast materiaal voorzien worden om de druk- en schuifkrachten te verminderen en zullen risicozones op uw huid dagelijks gecontroleerd worden.

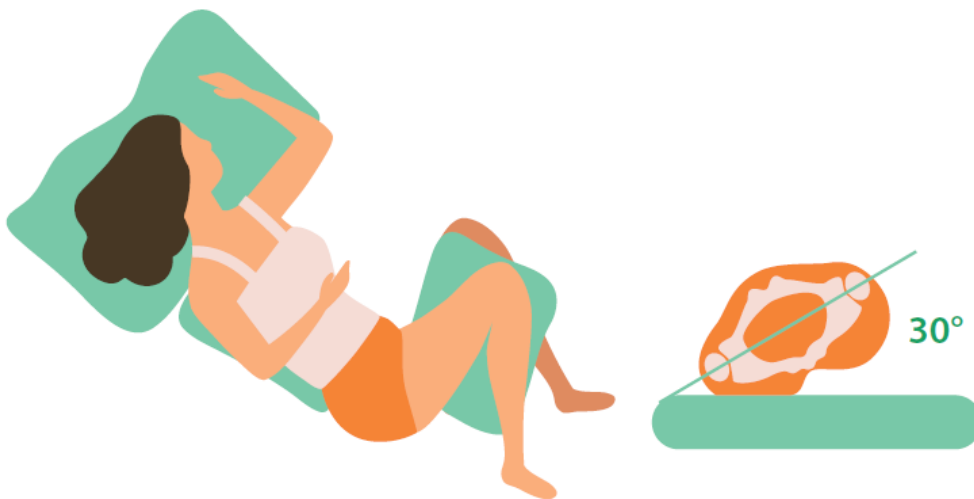
### **ANTIDECUBITUSMATERIAAL**

In het ziekenhuis hebben we ter preventie van doorligwonden speciale **matrassen, kussens voor zwevende hielen en zitkussens** ter beschikking. Indien u een risicopatiënt bent voor het ontwikkelen van doorligwonden kan u beroep doen op een antidecubitusmatras als standaard ziekenhuismatras of een altemnerende oplegmatrassen die op de standaardmatras wordt geplaatst. Om doorligwonden ter hoogte van de hielen te vermijden is het belangrijk om de hielen drukvrij te leggen door middel van het gebruik van een kussen dat onder de onderbenen wordt geplaatst.

Er zijn eveneens antidecubitus zitkussens aanwezig die in de zetel kunnen gelegd worden of reeds werden ingebouwd in geriatisch zetels op sommige afdelingen.

## WISSELHOUDING

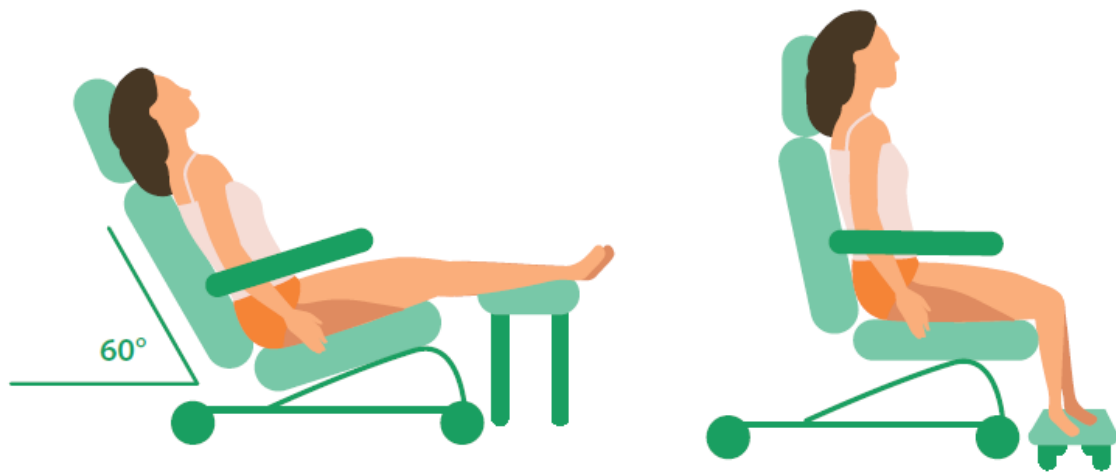
Indien u veel **in bed** ligt zal de verpleegkundige uw houding veranderen of vragen om uw houding te veranderen door op uw zijde, buik of rug te draaien. De frequentie van wisselen hangt af van uw noden en risico's.



Indien u op uw rug ligt kan u of uw zorgverlener een knik maken met de bedbediening ter hoogte van de knieën zodat u niet onderuitzakt in bed. Verder zal men onder de onderbenen een (bedbreed) kussen leggen zodat uw hielen niet meer op de matras drukken.



Als u frequent **in een zetel of rolstoel** zit is het belangrijk om zeer regelmatig van houding te veranderen. Dit kan u doen door naar voor te buigen of enkele minuten naar links of rechts te hellen. Vermijd zeker onderuitzakken of schuinzakken in de zetel of stoel. Algemeen wordt aangeraden om het opzitten te beperken in duur (maximaal 2 uur indien er een antidecubitus zitkussen of 1 uur indien er geen antidecubituszitkussen aanwezig is).



## VOEDING

Een goede voedingstoestand is belangrijk voor de toestand van de huid en onderliggende weefsels. Indien nodig kan u hiervoor opgevolgd worden door een diëtist van het ziekenhuis. Als u reeds een doorligwonde heeft kan het zijn dat u hiervoor specifieke bijvoeding dient in te nemen.



---

## WAT KAN U ZELF DOEN OM EEN DOORLIGWONDE TE VOORKOMEN?

---

Door zelf voorzorgen te nemen, kunt u meehelpen doorligwonden te voorkomen. Wanneer u al decubitus heeft is het belangrijk om maatregelen te nemen die ervoor zorgen dat de wonde niet erger wordt en kan genezen.

Dit kan u doen door:

- ✓ Indien mogelijk, geregeld uit bed of uit de zetel te komen en een poosje rond te stappen
- ✓ Te vermijden om lang in dezelfde houding te liggen (maximaal 4 uur) of te zitten (maximaal 2 uur)
- ✓ U niet te laten onderuitzakken in bed of de zetel
- ✓ Van houding te veranderen wanneer uw houding pijn of ongemak veroorzaakt. Of te vragen aan de hulpverleners om u daarbij te helpen of dit voor u te doen.
- ✓ Te melden aan de verpleegkundige indien u eerder reeds een doorligwonde heeft gehad
- ✓ Gebruik te maken van een speciaal kussen in de zetel of onder uw onderbenen tijdens het liggen.
- ✓ De verpleegkundige te vragen u te verschonen, indien nodig, omdat urine en stoelgang het ontstaan van huidbeschadiging en -irritatie kunnen bevorderen

### MEER INFORMATIE EN VRAGEN

Indien u nog vragen heeft of meer informatie wilt, kan u hiervoor terecht bij de verpleegkundige van uw afdeling of behandelend arts.





EEN  VOOR ZORG



lid van het E17-ziekenhuisnetwerk



AZ Sint-Elisabeth Zottegem is geaccrediteerd

**AZ SINT-ELISABETH ZOTTEGEM vzw**

Godveerdegemstraat 69 | 9620 Zottegem | T 0032 9 364 81 11 | F 0032 9 364 89 00  
0418.558.166 | RPR Gent, afd. Oudenaarde | [azstelisabeth.zottegem@sezz.be](mailto:azstelisabeth.zottegem@sezz.be) | [www.sezz.be](http://www.sezz.be)