



Infobrochure

Doorligwonden (decubitus)

Mevrouw, mijnheer,

Doorligwonden vormen een belangrijk probleem in de gezondheidszorg. Ze brengen heel wat ongemakken en kosten met zich mee. Preventie van doorligwonden is dan ook belangrijk. Door zelf voorzorgen te nemen, kunt u meehelpen doorligwonden te voorkomen.

Deze brochure is voor u en uw familie bestemd. U vindt er informatie over hoe en waar op uw lichaam doorligwonden kunnen ontstaan. De brochure bevat ook preventieve maatregelen. De maatregelen in de brochure blijven geldig indien u of uw familielid reeds een doorligwonde heeft.

Deze informatie kan de mondelinge uitleg van uw arts en verpleegkundige ondersteunen.

Hebt u na het lezen nog vragen?
Het afdelingsteam zal u graag helpen.

Wat zijn doorligwonden?

Een doorligwonde is een letsel van de huid en de onderliggende weefsels, veroorzaakt door **druk** en **schuifkracht**.

WANNEER IS ER SPRAKE VAN DRUK?

Wanneer u ligt of zit, wordt op uw huid druk uitgeoefend. Die druk neemt toe door lang dezelfde houding aan te nemen en onvoldoende te wisselen van positie.

WANNEER IS ER SPRAKE VAN SCHUIFKRACHT?

Op uw huid wordt schuifkracht uitgeoefend wanneer u onderuit glijdt in bed of in de zetel.

Door druk en schuifkracht worden de bloedvaten in de weefsels dichtgedrukt. Daardoor krijgen de weefsels onvoldoende zuurstof. Door dit zuurstoftekort ontstaat een letsel = doorligwonde. Een ander vaak gebruikt woord hiervoor is 'decubitus'.

Een doorligwonde start meestal met een rode vlek op de huid die niet weg te drukken is. Die rode vlek kan overgaan in een blaar of een open wonde. Er kan een grote, diepe wonde ontstaan.

Het is belangrijk tijdig te melden als u pijn krijgt ter hoogte van drukpunten.

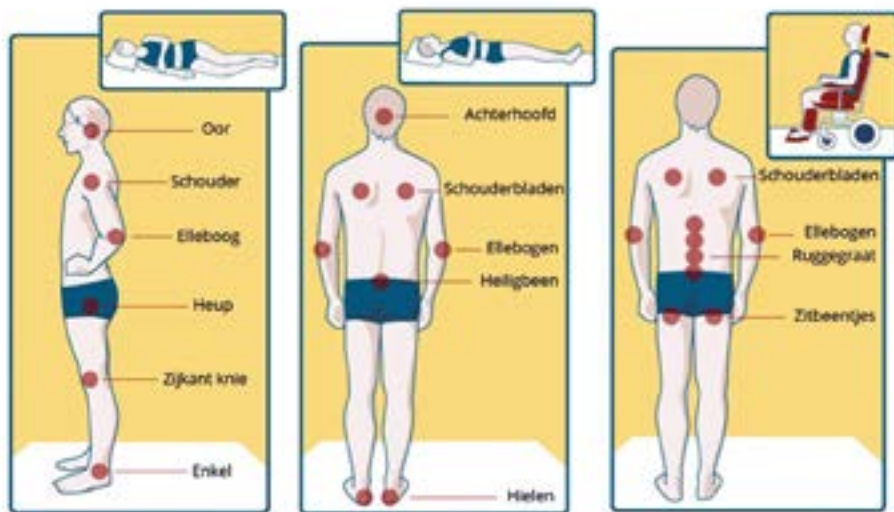
HET IS DUS BELANGRIJK DOORLIGWONDEN TE VOORKOMEN OF TIJDIG TE HERKENNEN.

Waar komen doorligwonden voor?

Doorligwonden ontstaan meestal op plaatsen waar druk en schuifkracht wordt uitgeoefend. Deze worden drukplaatsen genoemd. De meest voorkomende drukplaatsen zijn het zitvlak en de hielen.

Maar ook op andere plaatsen kunnen doorligwonden ontstaan, afhankelijk van uw houding.

De rode stippen in de figuren geven de drukplaatsen aan. Ze komen het vaakst voor ter hoogte van benige uitsteeksels.



Bron: Verpleegkundigen & Verzorgenden Nederland

Wanneer ontstaan doorligwonden?

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
- Landurig rechtop zit
- Onderuit zakt of schuift in bed of in de zetel

De verpleegkundige gaat bij opname na of u al dan niet risico loopt om een doorligwonde te ontwikkelen. Dit gebeurt aan de hand van een risicoschaal (dit is een vragenlijst) en observaties.

Deze risicobepaling geeft aan of u al dan niet nood hebt aan bepaalde maatregelen.

Hoe doorligwonden voorkomen?

Om de kans op een doorligwonde te verkleinen, worden op basis van de risicobepaling maatregelen genomen. Deze maatregelen kunnen bestaan uit:

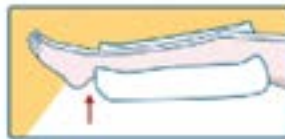
- Het regelmatig aanpassen van uw lichaamshouding wanneer u hier zelf niet toe in staat bent (afwisselen tussen ruglig en zijlig 30°).
- Het plaatsen van een kussen onder uw onderbenen zodat er geen druk op uw hielen is.
- Het plaatsen van een traagfoam kussen (dat de druk vermindert) in de zetel en of rolstoel.



Zijlig 30°



Ruglig



Kussen onder onderbenen

- Indien regelmatig aanpassen van uw houding niet mogelijk is of u een hoog risico hebt op doorligwonden, kan een aangepaste matras gelegd worden (alternerende matras).
- Observeren van de drukplaatsen op blijvende roodheid.

Wat kun je zelf doen?

- Vermijd langdurig in dezelfde houding te zitten of te liggen, zonder te bewegen. Wanneer uw houding in bed of zetel u pijn of last bezorgt, verander dan uw houding of verwittig een verpleegkundige.
- Verminder de druk als u in bed ligt. Wanneer u op uw rug ligt, plaats een kussen onder de onderbenen zodat uw hielen de matras niet raken.



Ruglig met zwevende hielen

- Zit in bed nooit helemaal rechtop. Neem liefst een halfzittende houding aan.

- Verminder de druk wanneer u in een stoel of zetel zit.
 - Zit achterover in de zetel en plaats een bankje onder uw benen en laat uw hielen niet op het bankje steunen.
 - Indien u niet achterover kunt zitten, zit dan rechtop en steun met uw voeten op de grond.
 - Vermijd onderuit glijden in bed en in de zetel.



Zithoudingen op stoel en in zetel

- Laat de verpleegkundigen van de afdeling gerust weten indien je (accidenteel) incontinent bent. Door veelvuldig/ langdurig contact van urine en/of stoelgang met de huid, kan letsel ontstaan.

Bij vragen omtrent doorligwonden kunt u altijd terecht bij de verpleegkundigen van de afdeling.

Contact

Wondzorgverpleegkundige: 056/ 62 33 37

Telefoonnummer onthaal: 056/ 62 31 11

Auteur: Dienst Ziekenhuishygiëne en infectiepreventie
Publicatiedatum: Mei 2025
Doc: 5840

O.L.V. van Lourdes Ziekenhuis Waregem
Vijfseweg 150
8790 Waregem
T. 056/ 62 31 11
F. 056/ 62 30 20
E. info@ziekenhuiswaregem.be