ZORG
dicht bij jou

PATIËNTENBROCHURE



Preventie van doorligwonden

AZ Sint-Elisabeth

Inhoud

Voorwoord	3
Wat is een doorligwonde?	4
Hoe ontstaat een doorligwonde en hoe herken je ze?	4
Hoe voorkomen we een doorligwonde?	5
Wat kan je zelf doen om een doorligwonde te voorkomen?	7
Tegemoetkomingen voor aankoop en huur van materialen ter preventie van doorligwonden	8
Nuttige contacten	11

Voorwoord

Het ontstaan van doorligwonden vormt 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 jou en je familie. Je vindt er informatie in terug over hoe en waar doorligwonden kunnen ontstaan. De brochure bevat ook informatie over preventieve maatregelen.

Heb je hierna nog vragen? Aarzel niet om ze te stellen aan je arts of verpleegkundige.

Wat is een doorligwonde?

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

Hoe ontstaat een doorligwonde en hoe herken je ze?

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

Beweeg je te weinig door een bepaalde reden (bv. ziekte, ouderdom of een operatie)? Dan is het mogelijk dat een doorligwonde ontstaat.
Doorligwonden ontstaan ook wanneer je:

- lang in dezelfde houding ligt of zit
- langdurig rechtop zit
- onderuit zakt of schuift in bed of in de zetel

Bij opname en tijdens je verblijf in het ziekenhuis gaat de verpleegkundige na of je risico loopt om een doorligwonde te ontwikkelen. Aan de hand van observaties en een risicoinschatting bekijken we of je nood hebt aan bijkomende preventieve maatregelen.

Hoe voorkomen we een doorligwonde?

Om een doorligwonde te voorkomen, verander je best regelmatig van lichaamshouding. We voorzien ook materiaal om de druk- en schuifkrachten te verminderen. Tot slot controleren we de risicozones op je huid dagelijks.

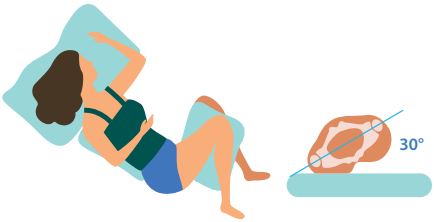
ANTIDECUBITUSMATERIAAL

In het ziekenhuis hebben we ter preventie van doorligwonden speciale matrassen, kussens voor zwevende hielen en zitkussens ter beschikking. Ben je een risicopatiënt voor doorligwonden? Doe dan gerust beroep op ons antidecubitusmateriaal. We plaatsen dan bijvoorbeeld een extra antidecubitusmatras.

Vermijd ook doorligwonden ter hoogte van de hielen. Hiervoor houden we je hielen drukvrij door middel van een kussen dat we onder je onderbenen plaatsen. De antidecubitus zitkussens leg je in de zetel. Op sommige afdelingen zijn deze al ingebouwd in de zetels zelf.

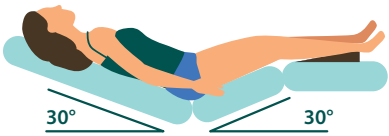
WISSELHOUDING

Lig je veel in bed? Dan verandert de verpleegkundige je van houding. Verander ook gerust zelf je houding indien mogelijk. Dat kan door op je zijde, buik of rug te draaien. De frequentie van wisselen hangt af van je noden en risico's.



Lig je op je rug? De zorgverlener (of jijzelf) maakt dan een knik met de bedbediening ter hoogte van de knieën. Zo zak je niet onderuit. We leggen ook een (bedbreed) kussen onder je benen zodat je hielen niet meer op de matras drukken.

Beperk te veel rechtop zitten, dit vergroot immers de druk op je stuit. Zet daarom het hoofdeinde maximum 30° rechtop.



Zit je vaak in een zetel of rolstoel? Verander dan ook regelmatig van houding. Buig naar voren of hel enkele minuten naar links of rechts. Vermijd zeker onderuitzakken of schuinzakken in de zetel of stoel. Beperk je rechtop zitten tot maximaal één uur wanneer je geen antidecubituskussen hebt of twee uur wanneer je wel een antidecubituskussen hebt.



VOEDING

Een goede voedingstoestand is belangrijk voor de toestand van de huid en onderliggende weefsels. Indien nodig volgt een diëtist je hiervoor op. Heb je al een doorligwonde? Dan is het mogelijk dat je hiervoor specifieke bijvoeding krijgt.

Wat kan je zelf doen om een doorligwonde te voorkomen?

Neem zelf mee voorzorgen om doorligwonden te voorkomen. Heb je al decubitus? Neem dan **maatregelen** die ervoor zorgen dat de wonde niet verergert en kan genezen.

- Indien mogelijk, kom geregeld uit bed of uit de zetel en stap een poosje rond.
- Vermijd lang in dezelfde houding zitten (maximaal twee uur) of liggen (maximaal vier uur).
- Zak niet onderuit in bed of in de zetel.
- Verander van houding wanneer je pijn of ongemak voelt. Vraag aan de verpleegkundigen om je hierbij te helpen indien nodig.
- Meld het aan de verpleegkundigen als je al een doorligwonde hebt gehad.
- Maak gebruik van een speciaal kussen in de zetel of onder je onderbenen wanneer je ligt.
- Vraag de verpleegkundigen je te verschonen indien nodig. Urine en stoelgang bevorderen namelijk huidbeschadiging en huidirritatie.

Tegemoetkomingen voor aankoop en huur van materialen ter preventie van doorligwonden

Ziekenfondsen (mutualiteiten) worden vaak als eerste aangesproken voor tegemoetkomingen in preventie-materiaal voor doorligwonden, daarnaast zijn er ook andere mogelijkheden. **Het kan nuttig zijn om meerdere opties te bekijken en te combineren, afhankelijk van de zorgbehoefte en de persoonlijke situatie.**

ZIEKENFONDS

Ziekenfondsen bieden een tegemoetkoming voor aankoop of huur van antidecubitusmateriaal ter preventie van doorligwonden, zoals o.a. matrassen, zitkussens en hielbeschermers. Als lid krijg je reeds korting met daarbovenop vaak extra korting wanneer je een doktersvoorschrift kan voorleggen. De vergoeding en voorwaarden kunnen echter variëren per ziekenfonds en kunnen jaarlijks wijzigen. Contacteer daarom de sociale dienst van jouw mutualiteit voor actuele informatie over vergoedingen, voorwaarden, het aanvraagproces en erkende leveranciers.

HOSPITALISATIEVERZEKERING

Hospitalisatieverzekeringen kunnen, afhankelijk van de polis, tussenkomen in de aankoop van hulpmiddelen na ziekenhuisopname. Neem contact op met jouw verzekeraar om te informeren naar de specifieke dekking voor decubitusmateriaal.

VLAAMS AGENTSCHAP VOOR PERSONEN MET EEN HANDICAP (VAPH)

Het VAPH biedt ondersteuning aan personen met een erkende handicap (erkend door VAPH), waaronder gedeeltelijke of volledige financiële tegemoetkomingen voor hulpmiddelen zoals antidecubitusmatrassen en kussens. Als je jonger dan 65 jaar bent of je hebt al een VAPH-nummer, dan kan je een groot deel van de aankoopprijs van een aangepaste matras terugvorderen. Je kan het VAPH aanschrijven voor tussenkomst bij de aankoop van een tweede zitkussen indien van toepassing. Een aanvraag kan worden ingediend bij het VAPH met de benodigde medische documenten (doktersvoorschrift) en een verslag van een ergotherapeut.

OCMW

Mogelijks biedt jouw OCMW materiële ondersteuning of een gedeeltelijke tegemoetkoming aan voor de aankoop of huur van decubituspreventie-materiaal. Dit kan afhankelijk zijn van jouw financiële situatie en dringende medische nood. Raadpleeg jouw OCMW voor informatie over beschikbare steunmaatregelen.

VERZEKERING BIJ ARBEIDSONGEVAL OF ONGEVAL MET AANSPRAKELIJKE DERDEN

Als je het slachtoffer was van een arbeidsongeval of ongeval met aansprakelijke derden, vergoedt de desbetreffende verzekering de volledige aankoopprijs van een matras en een zitkussen.

NOTITIES

Nuttige contacten

Indien je meer informatie wenst of vragen hebt over je opname, kan je contact opnemen via onderstaande gegevens.

Wondzorgcentrum
09 364 89 22
Beschikbaar op maandag, dinsdag en donderdag

Ziekenhuishygiëne
09 364 88 17

Algemeen nummer AZ Sint-Elisabeth Zottegem
09 364 81 11

AZ SINT-ELISABETH ZOTTEGEM VZW

Godveerdegemstraat 69, 9620 Zottegem
T 09 364 81 11 | info@sezz.be | www.sezz.be
0418.558.166 | RPR Gent, afd. Oudenaarde

MEDISCH CENTRUM BRAKEL

Watermolenstraat 74–76, 9660 Brakel
T 055 42 66 01

Deze informatiebrochure is indicatief en vervangt de raadpleging bij je arts niet.
Mocht deze informatiebrochure vergissingen of onvolledigheden bevatten, dan zijn de medewerkers en artsen hiervoor niet aansprakelijk.

doc644/2024/v1