

PATIËNTENZORG

# Doorligwonden



## Wat zijn doorligwonden?

Een doorligwonde is een letsel van de huid en het onderliggende weefsel. Het ontstaat door

- te lang in dezelfde houding te liggen of zitten, waardoor er **druk** op de huid ontstaat.
- onderuit te glijden in bed of in de zetel, waardoor er **schuifkracht** op de huid ontstaat.

Door de druk en schuifkrachten worden de bloedvaten dichtgedrukt en krijgt het weefsel te weinig zuurstof. Hierdoor kan een wonde ontstaan. Dit noemt men een doorligwonde, drukletsel of decubitus.

Een doorligwonde start meestal met een pijnlijke rode zone op de huid. Er kan ook een blaar, ontvelling, wonde of paarse, zwarte of bruine verkleuring ontstaan afhankelijk van de ernst en de locatie.

Een doorligwonde komt vooral voor ter hoogte van beenderige uitsteeksels, dat zijn plaatsen waar het bot dicht onder de huid ligt. De meest voorkomende drukplaatsen zijn het zitvlak en de hielen, maar ook andere plaatsen zijn mogelijk.

## Wat zorgt voor een risico op doorligwonden?

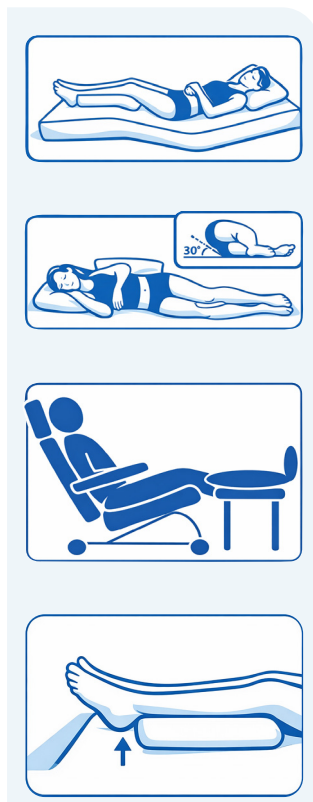
- Verminderde mobiliteit
- Pijn niet kunnen voelen of benoemen
- Ziekte
- Incontinentie

## Hoe doorligwonden voorkomen?

Vraag voor onderstaande maatregelen aangepast advies of hulp aan een zorgverlener.

1. **Verander regelmatig van houding** (minstens elke 2 tot 4 uur). Let erop dat je niet onderuitglijdt of schuinzakt, zowel in bed als in de zetel. Gebruik van kussens kan hierbij helpen. Meld ongemak of pijn.

- Goede houdingen in bed zijn de 30° rugligging en 30° zijligging. Dan zijn de druk en schuifkrachten het laagst.
- Een goede houding in de zetel is achterover leunend, met de voeten hangend over een bankje.
- Laat de hielen niet steunen om druk te vermijden.
- Zorg voor een effen ondergrond, zonder plooiën, kruiden of ander materiaal.
- Stop lakens of dekens niet strak in over de voeten. Gebruik liever een donsdeken.
- Hulpmiddelen voor mensen die een risico hebben op het ontwikkelen van **decubitus**:
  - Antidecubitus matras
  - Drukverlagend zitkussen
  - Kussens voor 'zwevende hielen'



2. Het is nodig de huid op drukplaatsen dagelijks te controleren en gezond te houden.
  - Houd de huid droog (belangrijk bij zweten of incontinentie).
  - Eet en drink voldoende en gevarieerd.

## Wat als er toch een doorligwonde ontstaat?

Soms is het niet mogelijk om een doorligwonde te voorkomen. In dit geval zal de arts of verpleegkundige de nodige zorg toedienen om de wonde te laten genezen:

- Het is belangrijk om de maatregelen die werden genomen om doorligwonden te voorkomen, ook tijdens de behandeling verder toe te passen.
- Vermijd zo veel mogelijk zitten of liggen op een wonde of een zone met blijvende roodheid.
- Laat de wonde verzorgen indien die open is.

### Heb je vragen?

Zijn er na ontslag uit het ziekenhuis nog maatregelen nodig?

Vraag advies aan de verpleegkundigen en artsen van de verpleegeenheid. Thuis kunnen ook de huisarts of thuisverpleegkundige je hierover advies geven.

### AZ Sint-Lucas Brugge

📍 Sint-Lucaslaan 29, 8310 Brugge

☎ 050 36 91 11 ✉ [info@stlucas.be](mailto:info@stlucas.be) 🌐 [www.stlucas.be](http://www.stlucas.be)

