

Hautpflege

- Wasser sparsam einsetzen.
- Verzicht auf bzw. nur zeitlich limitierte Vollbäder mit nicht zu heißem Wasser
- lauwarmes Duschen
- pH-neutrale bis saure Hautmittel (pH-Wert < 7) zur Reinigung verwenden.
- Auf alkalische Seifen verzichten.
- Häufig zu reinigende Hautflächen können alternativ mit Reinigungstüchern gereinigt werden, um die Haut nicht zu viel Wasser auszusetzen.
- Haut gut trockentupfen (insbesondere in den Hautfalten), nicht reiben!
- Für die Pflege werden fettliebende Hautmittel empfohlen und mindestens einmal täglich nach der Reinigung aufgetragen

Tipps

- Trockne Hautpartien beim Waschen aussparen und nur Achseln, Genitalien und Hautfalten waschen; fettliebende Hautmittel verwenden
- Diabetiker leider oft an trockne Füße, dort sollte man ph-neutrale Waschzusätze oder Cremes verwenden und Hautbeobachtung durchführen
- Hautfalten trocken halten und "Haut auf Haut" vermeiden und ggf. mit Leinen- oder Baumwollläppchen auslegen

Kontakt



0173 - 479 62 31



Moorblick 43
25746 Heide



kontakt@pflegeberatung-klinckhamer.de



www.pflegeberatung-klinckhamer.de

Informationsbröschüre

Hautbeobachtung

Hautintegrität

Definition

Hautintegrität = „Kombination einer intakten Hautstruktur und einer Funktionsfähigkeit, welche die Struktur der Haut erhält (DNQP 2023)“. Vereinfacht sprechen wir von der Hautgesundheit hin zu den Knochen ausweiten kann.

Die Haut

- ist das größte Organ des Menschen
- Ist die Grenze zwischen "innen" und "außen"
- ist der Schutz gegen mechanische und chemische Reize sowie Strahlung.
- ist ein Sinnesorgan für Temperatur, Schmerzen, Druck
- besitzt eine Immunfunktion (angeboren und erworben)
- regelt die Körpertemperatur
- produziert Vitamin D
- ist psychosomatisch relevant, sie zeigt unsere Gefühle:
 - Erröten vor Scham
 - Erblassen vor Schreck
 - Ausschlag bei Stress

Warum ist Hautgesundheit wichtig?

Hautprobleme können maßgeblich die Gesundheit und das Wohlbefinden beeinflussen.

Ist die Hautgesundheit beeinträchtigt, werden wichtige Funktionen wie beispielsweise der Schutz vor äußeren Einflüssen, gestört und es kann zu Wunden, Infektionen und starken Einschränkungen des Wohlbefindens kommen.

Risikofaktoren für Hautprobleme

- höheres Alter – die Epidermis ist dünner und somit verletzlicher
- Inkontinenz
- eingeschränkte Mobilität
- Einnahme von Medikamenten wie z. B. Kortison, Diuretika, Antihistaminika, Chemotherapeutika
- Erkrankungen wie Diabetes, chronisch venöse Insuffizienz, Adipositas und Parkinson

Pflegerelevante Hautprobleme und deren Anzeichen

- **Inkontinenzbedingte Dermatitis:** Hautfeuchtigkeit, Rötungen, Brennen oder Schmerzen im Anusbereich oder in der Leisten- oder Genitalregion
- **Hautrisse, Abschürfungen, Ablederungen:** dünne, verletzte Haut oder Einblutungen vornehmlich auf den Handrücken, Armen oder Beinen
- **Hauttrockenheit:** trockene, juckende oder schuppige Hautstellen, die am gesamten Körper auftreten können
- **Intertrigo:** Rötungen, Brenne oder Juckreiz im Bereich von Hautfalten, z. B. unter den Brüsten, in den Bauchfalten oder Leisten