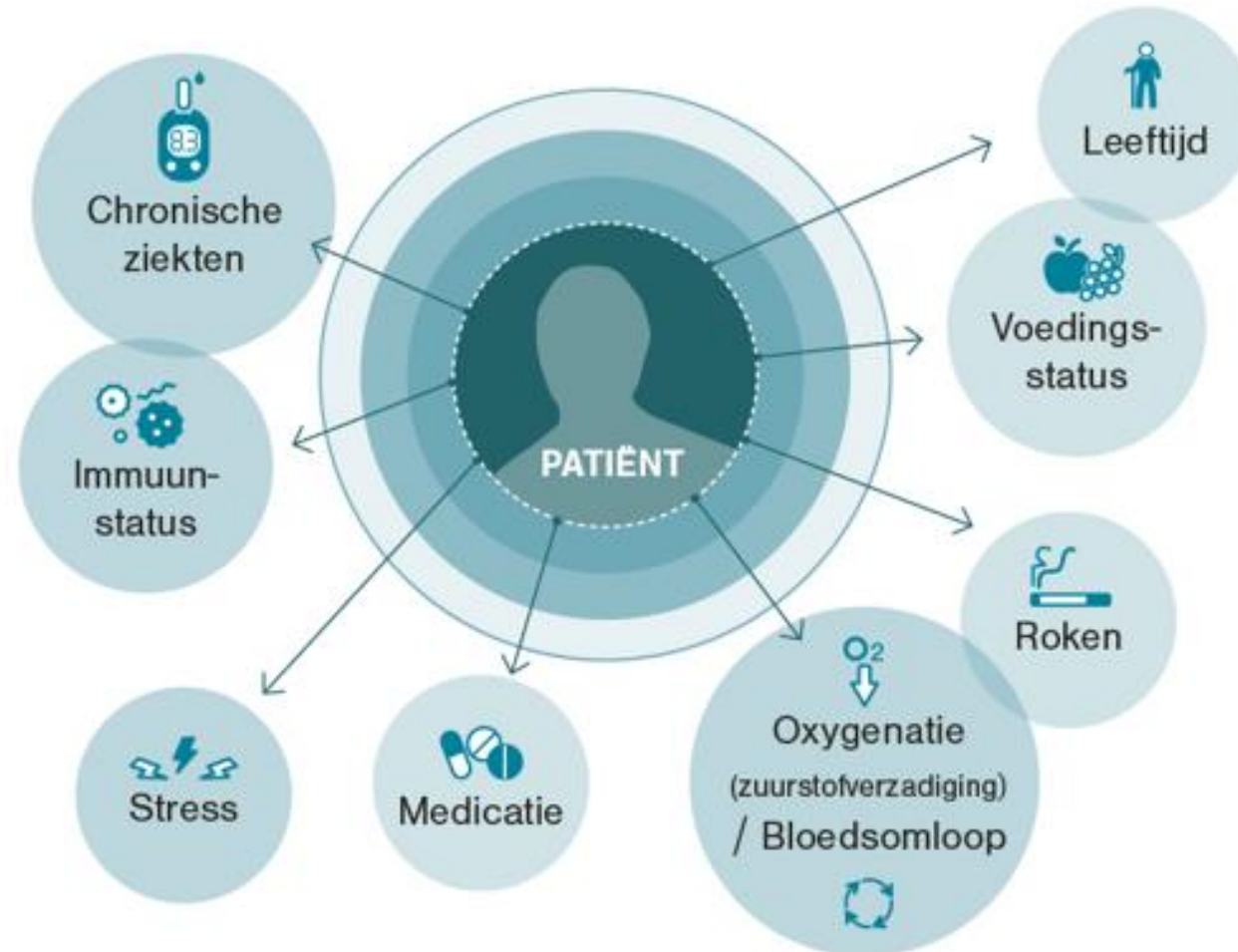


# Aandachtspunten ter preventie van chronische wonden

## Beïnvloedende factoren



## Leeftijd

Huidveroudering → De huid produceert minder collageen, hyaluronzuur en elastine  
De huid wordt dunner, meer gevoelig, droger en verliest elasticiteit.

→ huid inspecteren, zeepvrije producten, aangepaste huidcrème, niet in de zon



## Incontinentie

Onder invloed van het **vocht** → verweking van de huid.

Combinatie met de **zuren** uit stoelgang en urine → huid extra kwetsbaar voor incontinentie geassocieerde dermatitis (IAD).



→ mictietraining, barrièrecremes/sprays, aangepast incontinentiemateriaal dat regelmatig wordt vervangen, aangepast wondverbandmateriaal, regelmatig intiem toilet waarbij de zone goed drooggedept wordt



## Druk en schuifkrachten

Straks verder toegelicht door mijn collega

# Pathologie

Onderliggende pathologie en comorbiditeiten kunnen verstoorde wondgenezing geven.

Vb diabetes, vasculaire insufficiëntie,...

# Medicatie



- **Anticoagulantia** → langere bloedingstijd → sneller haematomen  
tips: veilige omgeving om kwetsuren te vermijden, beschermende kledij, korte nagels
- **NSAID** → onderdrukken ontstekingsreactie die zorgt voor de nodig afbraak van dood weefsel en MO
- **Cytostatica**: huid wordt dunner, droger en kwetsbaarder. Nagels worden brozer, kunnen scheurtjes bevatten  
tips: goede huidverzorging, goede voeding, veel drinken
- **Radiotherapie** kan rechtstreeks leiden tot radiodermatitis  
tips: vermijd op bestraalde zones druk en wrijving, zeepvrije producten, deppen, vanaf start Flamigel® 2/3 per dag
- **Immunosuppressiva** onderdrukken de werking van het immuun stelsel → grotere kans is op infectie
- **Corticoiden** leiden tot een verstoorde vorming van collageen waardoor ze het wondhelingsproces afremmen



Sommige AB, pijnmedicatie en de vitamines A en C kunnen echter zorgen voor een vlottere wondheling

# Therapietrouw en kennis



Heel wat factoren kunnen de therapietrouw beïnvloeden maar alles begint bij kennis.

Informeer de patiënt en zijn omgeving

- Waarom is die alterneringsmatras zo belangrijk?
- Waarom moeten toch dagelijks die veel te warme, strakke, lelijke kousen aan?
- Waarom moet ik brede schoenen aan? Of nog erger sandalen?
- Waarom bewegen?
- ...

## Pijn

Pijn heeft invloed op lichaam en geest (eetlust, beweging, verstoorde nachtrust, geen zin, therapieontrouw,...)



→ pijnbestrijding, de patiënt blijven informeren en een multidisciplinaire samenwerking

Let ook op:

- Fixeertechniek
- Juiste verbandkeuze
- Verbandwissel (te pijnlijk --> bespreek pijnstilling vooraf)

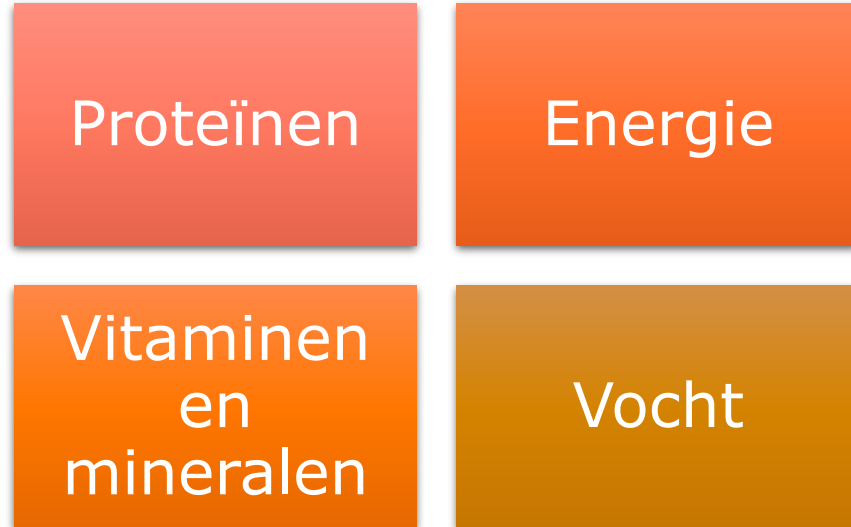


## Persoonlijke hygiëne

- **Wassen voor het verwijderen van vuil, lichaamsvochten en MO**
- **Goed drogen ter preventie van vochtletsels**
- **Hydrateren om de vochtbalans van de huid op peil te houden**
- **Verwijderen van eelt**
  - Eeltzones zijn drukpunten, plaatsen waar wonden sneller ontstaan, maar ze kunnen ook onder de eelt ontstaan en dus ongezien groeien, wat vooral bij mensen met neuropathie tot grotere onzichtbare wonden kan leiden
  - > inschakelen pedicure/podoloog
- **Correct geknipte nagels verkleinen de kans op krabletsels en infecties door ingegroeide nagels**



# Voeding



## Belang van gebalanceerde voedingstoestand

**Proteïnen → weefselherstel**

**Tekort zal leiden tot spierafbraak met gewichtsverlies tot gevolg.**

**Energie vnl via koolhydraten en vetten.**

**Koolhydraten → aanmaak van collageen en via vetten worden enkele vitamines opgenomen.**

**Tekort: lichaam gaat spiermassa aanspreken en omzetten tot energiebron.**

**vitamines en mineralen → aanmaak van stollingsfactoren en collageen.**

**Vocht → toevoer van bouwstoffen en afvoer van afvalstoffen.**



Opvolgen gewicht, bijvoeding, voedingssupplementen, voldoende drinken,...

## Beweging

Bewegen → spierpompwerking → betere doorbloeding → meer O<sub>2</sub> en VS die worden rondgepompt, bouwstoffen die nodig zijn om een wonde te doen helen

## Roken / alcohol / drugs

- Rokers → lagere SpO<sub>2</sub>
- Rokers nemen moeilijker vitamine C op
  - Vit C heeft invloed op de vorming van bindweefsel, opname van ijzer → invloed op de immuniteit
- Alcohol → verminderd aanmaak witte bloedcellen → hogere kans op infectie
- Analoge effecten kunnen de andere factoren beïnvloeden
  - bvb. nausea → minder eetlust, braken → vochtverlies

