Wat is een skin tear

Een skin tear of **huidscheur** is een wonde veroorzaakt door wrijvingskracht en schuifkracht, waarbij de opperhuid loskomt van de onderhuid (= huidflap). Deze wonde kan pijnlijk zijn en herstelt soms moeilijk.

Hoe een skin tear voorkomen

Zorg voor een veilige omgeving

- Verwijder voorwerpen die de doorgang belemmeren in de kamer/badkamer om te voorkomen dat u ergens tegenaan loopt.
- Draag passende, gesloten schoenen met een antislipzool om uitschuiven te vermijden.
- Voorzie voldoende verlichting, zoals een waaklampje, trapverlichting, ...

Let op een gezonde voeding en voldoende vochtinname

- Evenwichtige voeding is noodzakelijk.
- Drink voldoende om uitdroging te voorkomen.

Voorkom verwondingen

- Controleer de kamer, het bed en uitrustingen op scherpe uiteinden en bekleed ze met zachte materialen.
- Dek bij rolstoelgebruik de voetsteunen af met mousse.
- Het vastpakken of overtillen van de patiënt of het lostrekken van een pleister, kan de huid al beschadigen. Wees alert bij het verwijderen.
- Maak gebruik van een mechanische lift bij het verplaatsen van een bedlegerige persoon.
  - Wisselhouding om druk te verminderen is aan te raden.
  - Incontinente personen om de 2 uur verschonen om huidirritatie te voorkomen.
  - Het verplaatsen van personen in bed gebeurt het best met een steeklaken of rolbord.

Zorg voor een goede hygiëne, voorkom uitdroging van de huid

- Baden 1x per week in plaats van iedere dag.
- Neem korte douches met lauw water.
- Gebruik zeepvrije producten of neutrale zepen.
- Wrijf de huid in met een voedende crème terwijl de huid nog klam aanvoelt, bij voorkeur 2x per dag.
- De vinger- en teennagels kort houden en vijlen.
- De temperatuur in de woning mag niet te hoog zijn. Plaats eventueel een luchtbevochtiger.

Draag aangepaste kledij

- Bescherm de ledematen door het dragen van lange broeken en lange mouwen.
- Draag geen schurende of irriterende kledij. Vermijd spannende kledij.
- Trek steunkousen aan wanneer de benen droog zijn. Als dit moeilijk gaat, gebruik dan rubberen handschoenen om een betere grip te hebben.

Gebruik de juiste pleisters

- Kies huidvriendelijke kleefpleisters of kleefpleisters met lage kleefkracht.
- Gebruik bij voorkeur zwachtels om een verband ter plaatse te houden, vermijd insnoering.

Aanbevelingen voor de hulpverlener

- Draag geen juwelen en/of ringen aan handen en armen. Houd de vingernagels kort om kwetsuren aan de patiënt te vermijden.
- Opletten bij het manipuleren: maak gebruik van de vlakke hand.
- Wees alert voor risicopatiënten.

Eerste verzorging bij een skin tear

- Spoel de wonde overvloedig met lauw kraantjeswater (geen regenwater of putwater).
- Plaats vervolgens de huidflap terug en omwindel met een vers gestreken zakdoek.
- Haal bij de apotheker een steriel, niet-inklevend verband en plaats dit op de wonde.

Contacteer uw huisarts of thuisverpleegkundige bij aanhoudende pijn, roodheid, warmte, zwelling (= ontstekingsklachten) of wanneer u zich zorgen maakt.

Contactpersonen

Wondzorgteam
Consultaties op woensdag en donderdagnamiddag op afspraak.

Tel. 09 310 06 83
E-mail: wondzorg@azalma.be

Versie: 10-08-2021 0225-VP-WI-A4-RVKL-14612
V.U.: vzw AZ ALMA - Ringlaan 15 - 9900 Eeklo
Ond.nr. 0463.862.908 0501-AD-Extern

Contactinfo

vzw AZ Alma
(Maatschappelijke Zetel)
Ringlaan 15
B-9900 Eeklo
tel. 09 310 00 00

Polikliniek AZ Alma Sijsele
Gentse Steenweg 132
B-8340 Sijsele-Damme
tel. 09 310 00 00

www.azalma.be

Maatregelen om skin tears te voorkomen