

Trycksår

Förebyggande och
behandlande åtgärder

Sandra Strand

Hjälpmiddelskonsulent, Leg. Arbetsterapeut

Sårutbildning 2018-10-05


LANDSTINGET BLEKINGE



RiksSår

TEAM

**KUNSKAP
ENGAGEMANG
HELHETSSYN**



Analys/bedömning

ORSAKEN!!!

- I vilken situation är såret uppkommet?
- Vad är det för typ av sår?
- Riskfaktorer



- Är såret belastat?
 - Hur länge och vid vilka tillfällen?
 - Antal timmar i sittande
 - Antal timmar i liggande
- Ta ur personen från sittenheten!



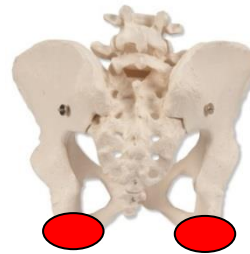
Hudkostymen

- Har till uppgift att skydda vår kropp!
- Posturala reflexer har till uppgift att undvika skada på vårt största organ!
- I genomsnitt lägesändrar vi oss var 8:e sekund!!!



Sittande

- Vi är inte skapta för att sitta!!



- I en upprätt sittställning bärs 50% av kroppsvikten upp av 2 st 2x4 cm benutskott-SITTBENSKNÖLARNNA!



- Alla personer som sitter i rullstol löper en ökad risk för att drabbas av trycksår!!
- Ett högt tryck under en kort tid är lika skadligt som ett lågt tryck under en längre tid!



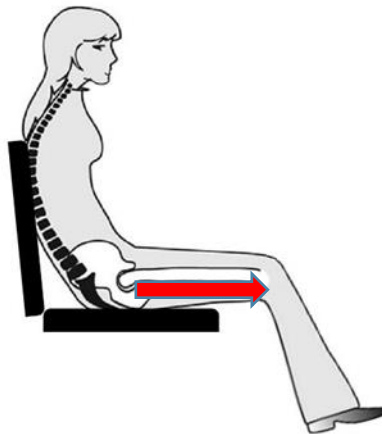
Sittande

- Hur sitter patienterna i rullstolen??
 - Framåtgliidning på sitsen
 - Ökad bröstkyfos
 - Benstöden framåtvinklade
 - Ökad risk för tryck!!



Sittande

- Hamstrings
 - Muskel baksidan lår
 - Ursprung på sittbensknölar och Lårben
 - Fäste på skenben och vadben
 - Uppgift- Att böja i knät, sträcka i höftled!



Avlasta och fördela tryck Sittande

- Fördela trycket över så stor yta som möjligt!
- Alla har rätt till en bra sittställning!
- Använd hjälpmedel- som är rätt inställda

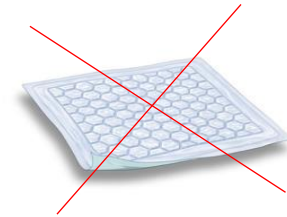


LANDSTINGET BLEKINGE



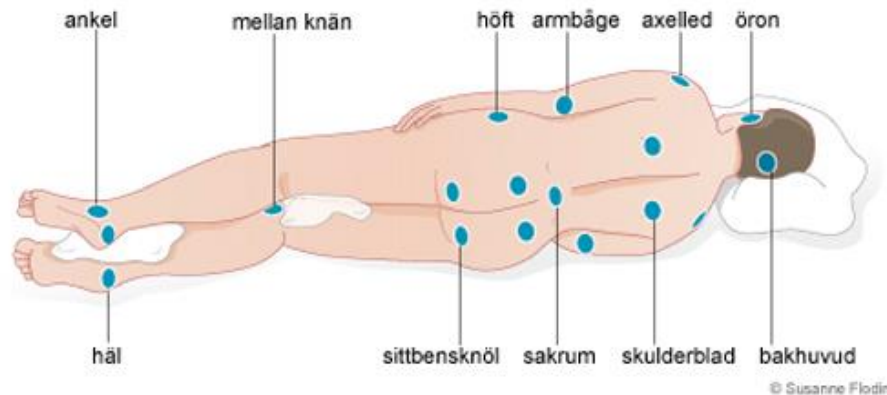
Att tänka på vid Sittande!

- Undvik Lager på lager
- Plocka bort lyftselen!
- Placera sittdynan på rätt håll!
- Undvik vinkelställbara benstöd
- Undvik ryggfällning!
- Använd aldrig antiglid!
- Lägesförändra ofta!
- Sittrestrektioner!



Madrasser

- Förebyggande madrasser
- Tryckutjämnande madrasser
- Tryckavlastande madrasser



Förebyggande Madrasser

- Omfördela trycket
- Reducera skjuveffekter
- Oftast skummadrasser

Tryckutjämnande madrasser

- Formas runt kroppen för att öka kontaktytan
- Reducera trycket
- Konstant-lågt-tryck-system, eller CLP (Constant Low Pressure device)
- Konstruktion, - skum, skum + luft, skum + gel
- De kan också vara mer tekniskt avancerade (högspecificerade), som t.ex. luft-fluidiserade bäddar

Tryckavlastande madrasser

- Varierande tryck
- Minskar varaktigheten av trycket
- Växeltryck-system, eller AP (Alternating Pressure device)
- Till högspecificerade lösningar räknas även AP-anordningar. I dessa varierar trycket i gränsskiktet mellan kropp och underlag, genom att avgränsade celler i madrassen eller överdraget växelvis fylls med luft
- De mest avancerade madrasssystemen

Liggande Position

- Lägesändra ofta! Hellre små förändringar ofta än en stor lägesförändring mer sällan!
- Madrasser är förebyggande och behandlande men ersätter INTE lägesförändringar!



Tryckavlastning liggande

- 30 graders sidoliggande avlastar sacrum, sittbensknölar samt trochanter.
- Använd positioneringskuddar för att hitta avlastning!



Att tänka på vid liggande!

- Lägesförändra ofta!
- Observera att det inte blir punkttryck på tex hälar!
- Undvik att hissa upp huvudändan på sängen!
- Använd sängens övriga funktioner!



Tack för Mig!

