

# **Att förebygga och behandla trycksår genom en helhetssyn och ett teamarbete**

Madeleine Stenius, Usk/utbildningsansvarig  
& Carin Bergfeldt, Leg Arbetsterapeut

## BAKGRUND

Rehab Station Stockholm bedriver medicinsk rehabilitering för personer med ryggmärgsskador, ortopediska skador, stroke, MS, samt allmän neurologi i öppenvård och slutenvårdsform.

Våra patienter tillhör en stor riskgrupp att utveckla trycksår, pga. nedsatt känsel eller förlamning vilket leder till muskelförtvinning, skeletturkalkning och känselbortfall.

Vårt mål är att hjälpa våra patienter att;

**förebygga** så de slipper trycksår och år av lidande

**läka sår** så fort som möjligt

**lambåoperation** förhindra komplikationer och recidiv efter en trycksårsoperation (lambå)

## METOD

Genom ett teamarbete med helhetstänk kan vi förebygga, läka och förhindra recidiv av trycksår. Alla professioner i teamet måste samarbeta med patienten utifrån dennes funktioner och livsstil för att få ett positivt resultat som håller i längden. Att få med sig den drabbade i sårhäkning för att förstå orsak-verkan, ger snabbare resultat. Detta kan förhindra år av lidande vilket även är samhällsekonomiskt mycket positivt.

Vi har utformat ett utbildningsmaterial som riktar sig till de riskgrupper som ofta drabbas av trycksår och personer i dess närhet (personal/assistenter, anhöriga).

Dvbn "Sårskolan" visas både i förebyggande och behandlande syfte. "Trycksårsboken" delas ut efter utbildningen då det kan vara svårt att ta till sig all information på en gång.

Att läka ett djupt trycksår innebär att patienten måste avlasta liggandes i sängen, vilket kan pågå i flera år. Det finns en risk för att många blir apatiska och tappat livsgnistan på grund av isolering och brist på aktivitet. En lambåoperation kan då vara den enda utvägen för att bryta isoleringen i hemmet och få en bättre livskvalitet. Komplikationer och recidiv efter en lambåoperation har rapporterats vara så högt som 30-40% enligt tidigare studier.

I samarbete med plastikkirurgerna på Karolinska Universitetssjukhuset har Rehab Station Stockholm sedan 2001 utformat ett vårdprogram trycksårs-lambå opererade spinalskadade (förlamade) patienter.

## RESULTAT

Vi upplever att patienter och assistenter reagerar tidigare på röda märken / trycksår i grad/kategori 1-2 och kan då stoppa utvecklingen av såret innan det går för långt.

Ett vårdprogram för trycksårspatienter har utvecklats. Teamarbete runt sårpatienter har lett till att åtgärder som avlastning och antidecubitus hjälpmedel sätts in tidigare. Metoder kring omlägningsfrekvens och material har setts över och utvecklats.

Vårdprogrammet för trycksårs-lambå opererade har utvärderats genom en metodisk 3-årsuppföljning, utförd 2008. De plastikeropererade patienterna visar att vårt program har förbättrat situationen oerhört mycket då endast 4% har fått postoperativa komplikationer. Dessa var dessutom lindrigare än tidigare, ingen (0%) har fått infektion och 89% har klarat sig från recidiv och/eller nya trycksår.

## SLUTSATSER

Att förebygga, läka sår snabbt är både samhällsekonomiskt och spar år av lidande för de drabbade.

Rehab Station Stockholm och Karolinska Universitetssjukhusets gemensamma vårdkedja med vårdprogram för lambåopererade är så framgångsrikt att en centralisering bör övervägas för spinalskadade.



# Kontrollera, Reagera och Agera!

## TRYCKSÅR

Muskelförtvinning, avsaknad av känsel och skeletturkalkning gör att förlamade patienter är mer utsatta än andra patientgrupper för att utveckla trycksår.



Omläggningar är dessutom svårare att utföra då förtvinade skinkor orsakar påtaglig närhet till analöppningen;

- Det är större risk för inkontaminering av avföringsbakterier.
- Det är svårare att fästa förbanden.
- Förflyttningsmetoden - låga förflyttningar orsakar extra slitage på förbandets fästförmåga.

## FÖREBYGGA - UNDERVISNING AV PATIENTEN

1. Hudkontroll görs dagligen vid personlig hygien på patientens rum av personal och sedermera av patienten själv med spegel. Detta förtydligar vikten av inspektioner av utsatta områden och förståelse i att inspektera, reagera och agera i tid.
2. Inkontinens är ett stort problem bland förlamade patienter. Det är viktigt att få in bra blås och tarmrutiner samt ha rätt inkontinenshjälpmedel. En fuktig hud är känsligare för att utveckla trycksår.
3. Undervisning "Sårskolan" visas för alla våra ryggmärgsskadade patienter i förebyggande syfte samt för att läka trycksår och förhindra recidiv (Visas även för andra patientgrupper efter behov):
  - Vad är ett trycksår?
  - Hur förebygger man?
  - Vad gör man när man får ett trycksår?
4. Trycksårsboken som är skriven för brukare och personer i dess närhet, får man med sig hem.

## LÄKA TRYCKSÅR

1. **Ta reda på orsaken och åtgärda den** istället för att bara behandla symptomet. Alla professioner i teamet måste samarbeta med patienten utifrån personens funktion och livsstil, för att få ett positivt resultat som håller i längden.
2. **Modern aktiv sårhäkning.** Bra förband som kan sitta i flera dagar så såret uppnår rätt temperatur och fukthalt.
3. **Avlastning är A och O.** Viktigt med sittrestriktioner om såret sitter på rumpen och gå mindre samt använda specialtillverkade ortopediska skor om såret sitter på fötterna.
4. **Tryckavlastande hjälpmedel;**
  - Behandlande madrass efter sårgrad/kategori
  - Luftdyna till rullstol
  - Mjuksits till toalett och duschstol
  - Glidmatta och glidbräda alternativt lift vid förflyttning
5. **Matlust och psyke hänger oftast ihop.** Vid avlastning i säng mär många dåligt pga isolering och hopplöshet över sin situation. Detta leder ofta till nedstämdhet och dålig aptit. Att få hjälp att ta tag i situationen kan göra att man mår bättre, matlusten ökar och såret läker.  
Proteintillskott behövs vid läckande sår.

## DISKUSSION

Tidig behandling av trycksår med specifik kunskap av patientgruppen anses för dyrt men skulle stoppa flera operationer och förhindra år av lidande helt i onödan.

Om sårpatienten blir inlagd i slutenvård i ett tidigare skede skulle såren många gånger läka snabbare eftersom det är lättare att strukturera avlastande rutiner inom sjukvården än i hemmet.

Upphandlingar, brist på kunskap och pengar kan förhindra att patienten får rätt sårbehandling.

Att förebygga trycksår kostar betydligt mindre än att läka eller operera såren, både vad gäller pengar och personligt lidande. Trots att så mycket som 50-95% av dessa trycksår skulle kunna förebyggas, dör fortfarande ryggmärgsskadade av sina trycksår 2010 i Sverige.



### **Madeleine Stenius**

*Undersköterska / Utbildningsansvarig*  
Frösundaviks allé 13, 169 89 Solna, Tel: +46 8 555 44 192  
madeleine.stenius@rehabstation.se  
www.rehabstation.se

### **Carin Bergfeldt**

*Leg. Arbetsterapeut / Kursledare*  
Frösundaviks allé 13, 169 89 Solna, Tel: +46 8 555 44 164  
carin.bergfeldt@rehabstation.se  
www.rehabstation.se