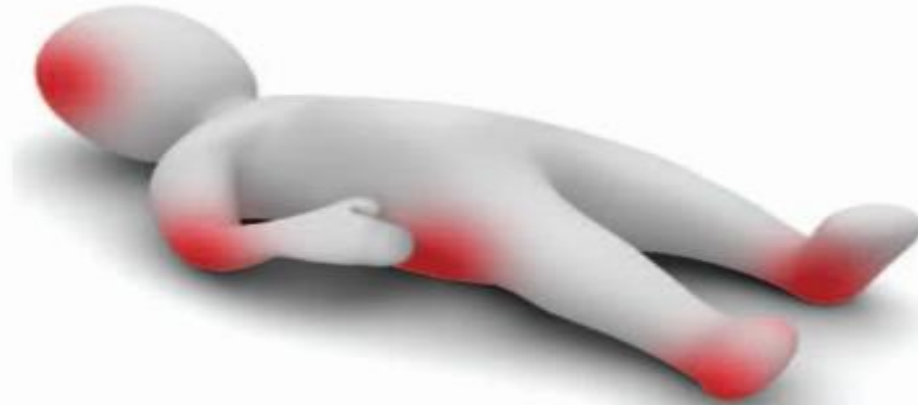


ÞRÝSTINGSSÁR

- Verkleg hjúkrun – HJVG1VG06
- María A. Tr.

Hvað er þrýstingssár?

Þrýstingssár er staðbundin *vefjaskemmd* í húð og/eða undirliggjandi vef, yfirleitt yfir *beinaberum* stöðum. Þau eru afleiðing af viðvarandi **þrýstingi** eða samblandi af þrýstingi, núningi og togi í húð



Hvernig myndast þrýstingssár?

1. Viðvarandi þrýstingur á húð



2. Staðbundinn skortur á blóðflæði



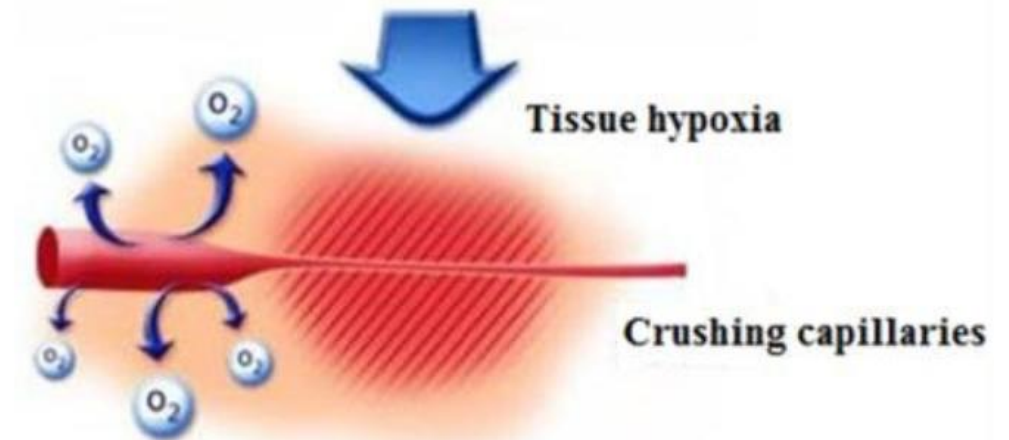
3. Skortur á súrefni og næringu til vefja



4. Úrgangsefni hlaðast upp

5. Hætta á vefjaskaða

Mjúkvefur pressast á milli beinagrindar og undirlags
(rúmdýna/ stólsessa) og aflagast vegna þrýstingsins



Fyrstu einkenni þrýstingssárs

Fyrsta merki er
roði á
afmörkuðu
húðsvæði

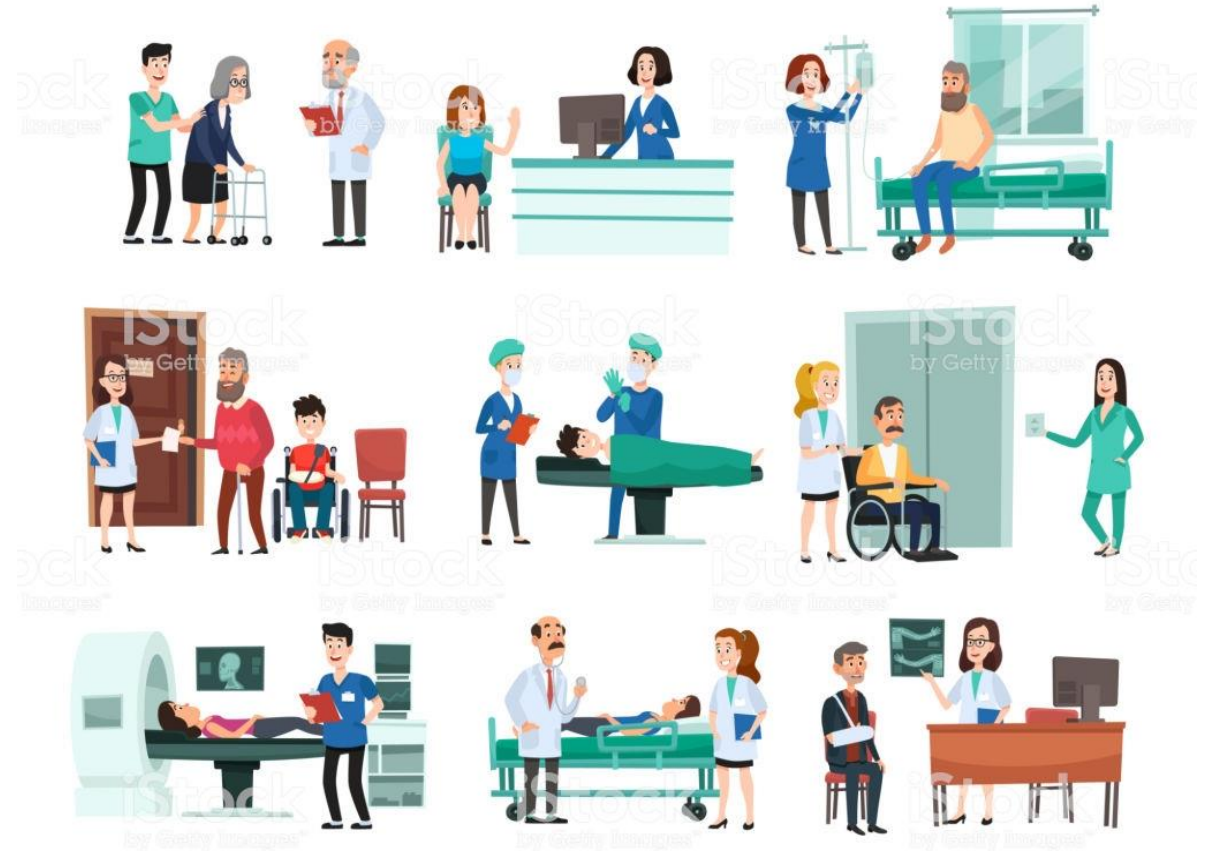
Ekki endilega
sársauki, en
getur verið

Helstu áhættuþættir

Hvaða sjúklingar eru oftast í minni umsjá?

- Hreyfiskerðing!!
- Skert skyntilfinning (t.d. sykursýki, mænuskaði)
- Hár aldur
- Bráð veikindi (skyndileg mikil lega)
- Þurrkur (dehydration)
- Saga um fyrri sár
- Æðasjúkdómar
- Alvarleg langvinn veikindi
- Verkir
- Ósjálfráðar hreyfingar
- Meðvitundarskerðing (svæfing, lyfjaneysla ofl)
- Legustellingar og kreppur
- Ofþyngd
- ...

ATH - Ekki
orsakaþættir!!





Áhættupættir - orsakapættir

- Langur tími í rúmi/stól
- Skert hreyfigeta v. lömunar, skurðaðg. og ekki passað uppá snúning/hreyfingu
- Raki á húð (sviti/pvag/hægðir)
- Ónóg næring
- Verkjalyf/slævandi lyf
- Langvarandi notkun steralyfja= þynnri og viðkvæmari húð
- Grannholda og beinabert fólk

Áhættuþættir

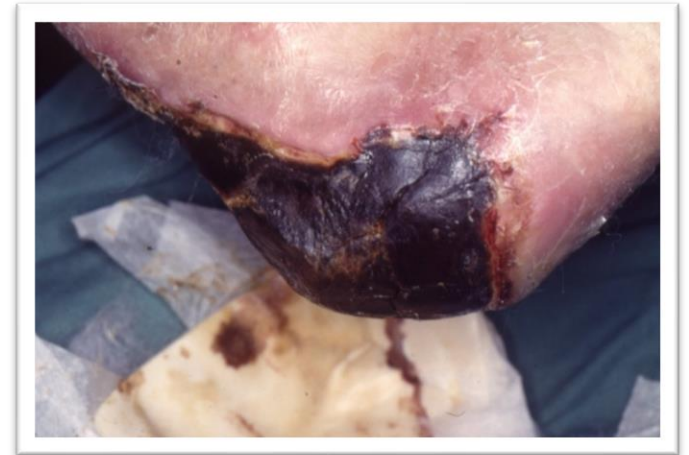
- **Ytri áhættuþættir:**

- Þrýstingur
 - Hve lengi?
 - Hversu mikill?
- Tog
- Núningur
- Raki

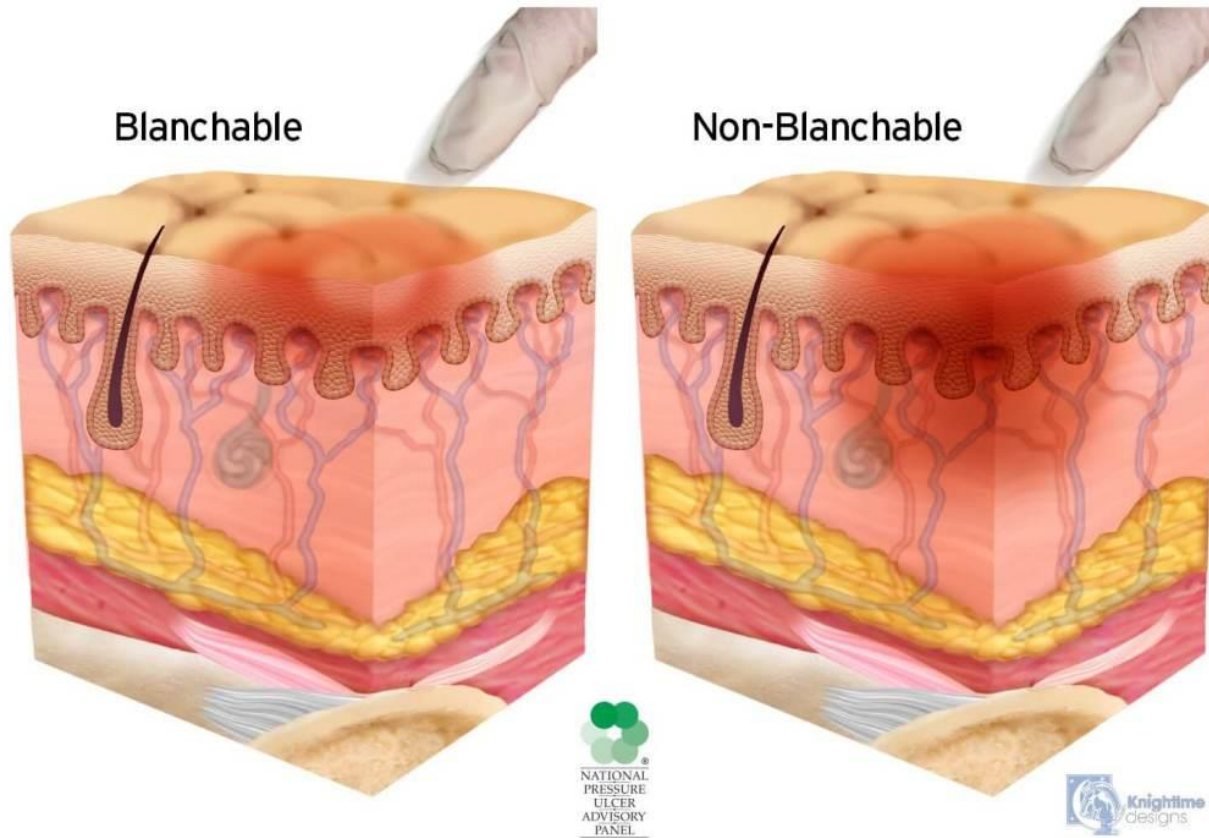
- **Innri áhættuþættir:**

- Aldur
- Alvarleg veikindi
- Reykingar
- Skert hreytfigeta
- Skert skyn
- Minnkuð næring
- Þurrkur
- Verkir
- Þvag- og hægðaleki
- Ósjálfráðar hreyfingar
- Legustellingar og kreppur
- Lágur blóðþrýstingur

Og hvernig líta þessi þrýstingssár út?



Er þetta ekki bara saklaus roðablettur?



Roðablettur sem **ekki** hvítnar (non-blanchable) þegar þrýst er á með fingri er 1.stigs þrýstingssár

Íhlutaþrýstingssár

- Eru föt að valda þrýstingi/núningi?
- Eru línur/slöngur eða önnur lækningatæki að valda þrýstingi?
- Hvernig er staðan undir teygjubindum, þrýstingssokkum o.s.frv.?
- Gleymdust nokkuð skæri eða nálarhulstur í rúmi sjúklings?

*Þetta eru líka
þrýstingssár!!*



Þrýstingssár vegna bekkens



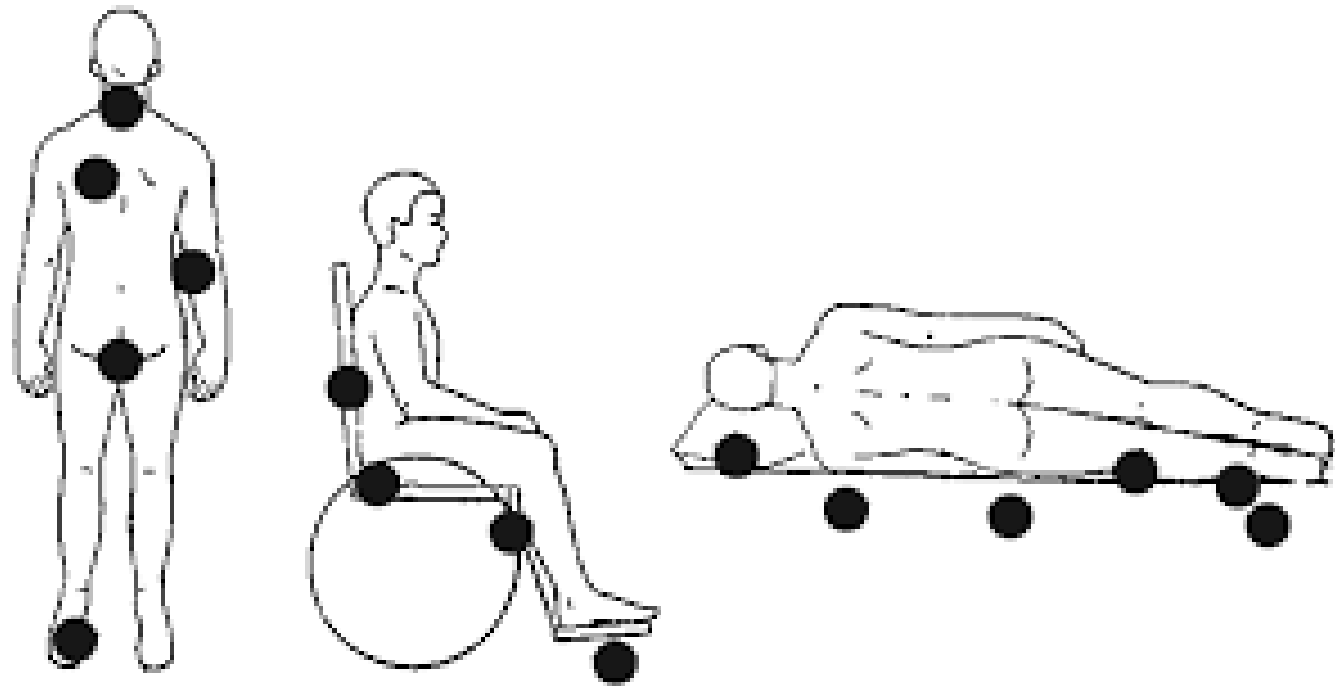
Þrýstingssár undan mettunarmæli

Hvar er sjúklingurinn þinn staddur?

- Hver var hreyfigeta hans fyrir innlögn?
- Hver er hreyfigetan núna?
- Hversu vel skynjar hann þrýstinginn?
- Hversu oft er hann að hreyfa sig /hagræða sér?
- Hversu marga klukkutíma er hann í rúmi? stól? á fótum?
- Hvaða hugmyndir hefur hann um hlutverk sitt sem sjúkling?
 - Á ég ekki bara að liggja og hvíla mig svo mér batni?
- Hversu vel þekkir hann til áhættuþátta þrýstingssára?



Útsettir staðir



4 Stig þrýstingssára

Roðablettur í órofinni húð

- Húð hvítnar ekki þegar þrýst er á með fingri

Vefjaskemmd, inní eða að leðurhúð

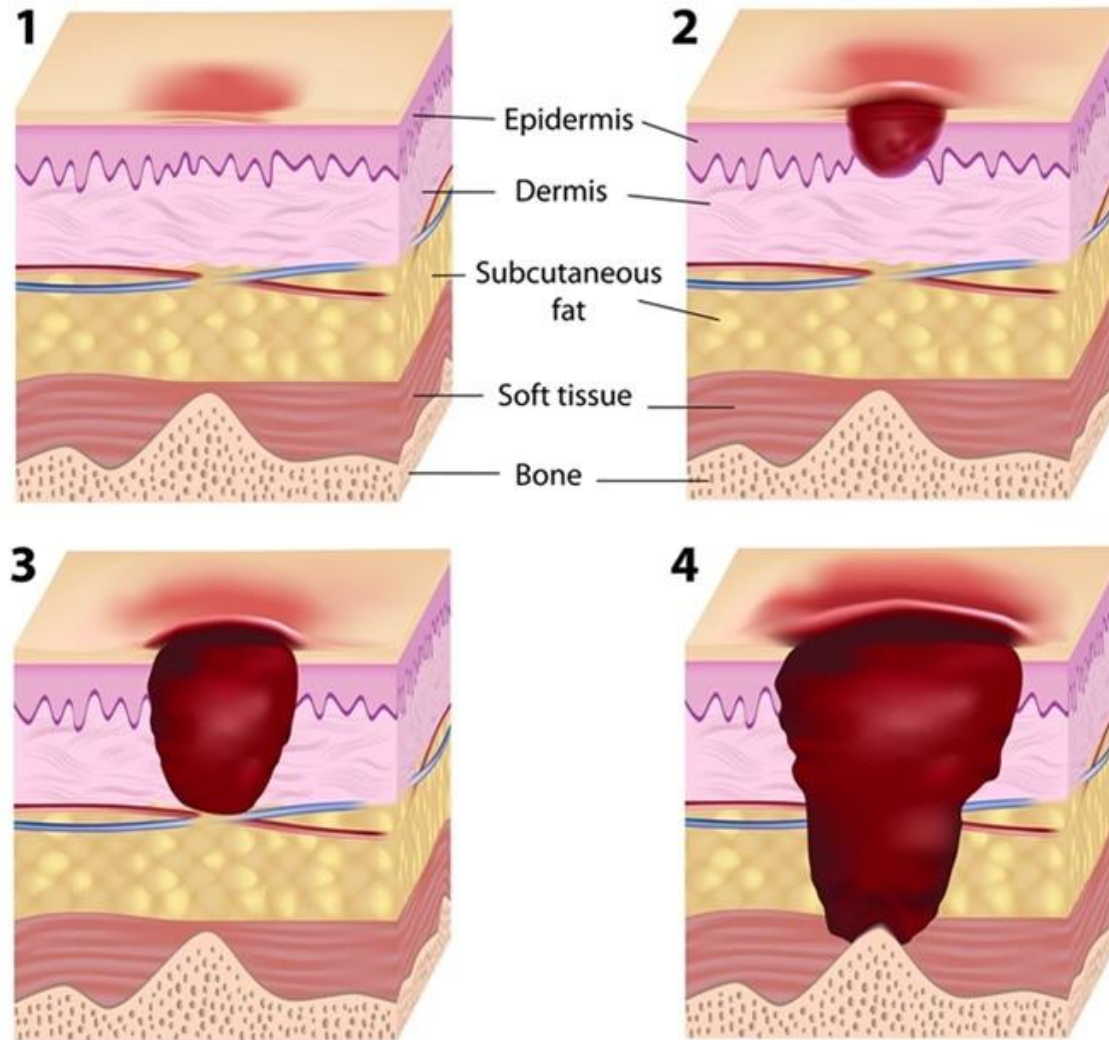
- Yfirborðssár: fleiður eða blaðra.

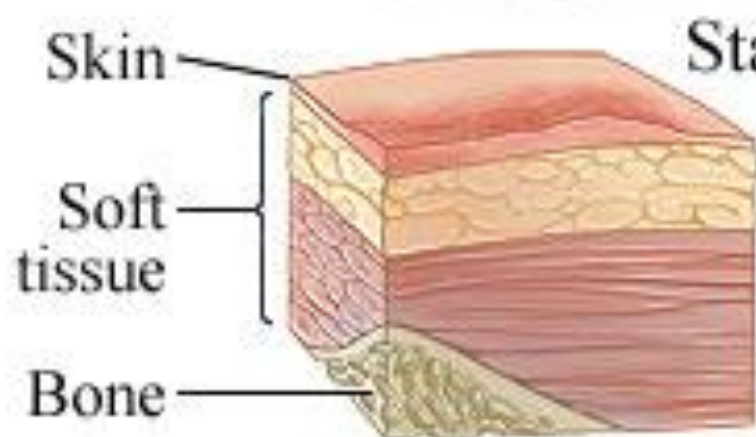
Sár með vefjaskemmd eða drep, nær niður í undirhúð, jafnvel að bandvefshimnu (fasciu) en ekki í gegnum hana.

Umfangsmikil vefjaskemmd eða drep í vöðvum, beinum og aðliggjandi vefjum

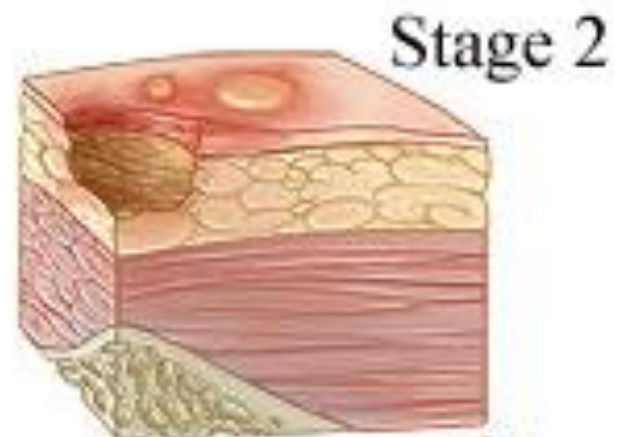
- Getur verið til staðar þó húð sé ekki rofin

Stages of Pressure Sores

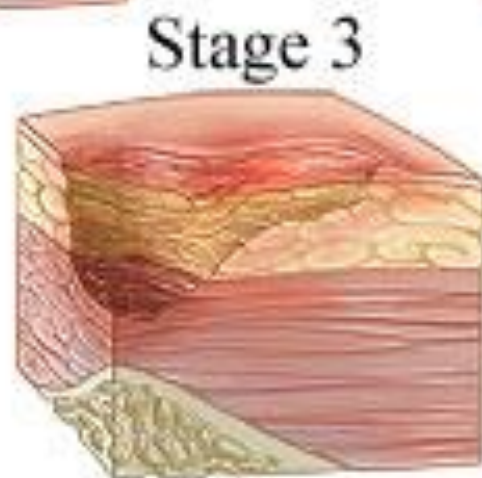




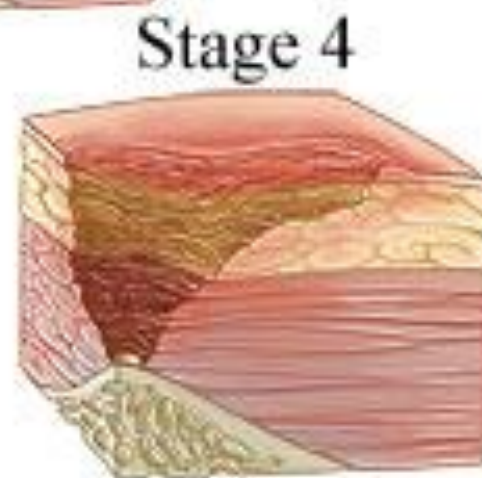
Stage 1



Stage 2



Stage 3



Stage 4



Lífsgæði einstaklinga með þrýstingssár

- Félagsleg einangrun
 - Áhyggjur af lykt
 - Áhyggjur af lekum umbúðum
 - Að vera háður öðrum
 - Að missa sjálfstæði sitt
 - Verkir
 - Svefnleysi
 - Lystarleysi
 - Stress/kvíði
- 

Braden kvarði

- Er matskvarði á áhættu fyrir myndun þrýstingssára
 - Fjöldi stiga er 1- 4
 - nema í núningi/togi 1 - 3
 - Mjög mikil áhætta < 9 / y
 - Mikil áhætta 10 - 12
 - Miðlungsáhætta 13 - 14
 - Viss áhætta 15 - 18
 - Engin áhætta 19 - 23
- Þar er metin:
 - Skyntilfinning
 - Virkni
 - Raki
 - Hreyfigeta
 - Næring
 - Núningur og tog

HAMUR – 5 atriði til að fyrirbyggja

- HREYFA
 - Snúa – hreyfa sj.
- ATHUGA HÚÐ
 - Obsa húð 2x á dag hjá sj. í áhættu
- MATUR – VÖKVI – NÆRING
 - Tryggja sj. Nægan vökva og næringu
- UNDIRLAG
 - Hefur sj. Viðeigandi undirlag, er það slétt og með búnað til að léttu á þrýstingi
- RAKI
 - Tryggja að sj. sé hreinn og þurr

Góð ráð - förvörn

- Hagræða – snúa (snúningsskemi)
- Obs ástand húðar
 - roðablettum, blöðrum, fleiðrum og útbrotum
- Hreinlæti
- Næring
- Hjálpartæki
- Ef heilsa versnar – passa sérstaklega vel.



Meðferð þrýstingssára

Aflétta þrýstingi af sárasvæði

Koma í veg fyrir núnings og togáhrif

Halda húð hreinni og þurri

Hreinsa úr sári dauðan vef

Hlúa að sári með umbúðum sem tryggja raka og hlýju í sárinu

Hindra og meðhöndla sýkingu

En munum bara aðalatriðið...

- Ef roðinn, marið, sárið eða áverkinn er ekki að orsakast af **þrýstingi**, þá er áverkinn ekki þrýstingssár
- Aðalatriðið er að **fyrirbyggja skaða!**
- Ef sjúklingurinn er kominn með þrýstingssár er mikilvægt að koma í veg fyrir frekari skaða með áframhaldandi **þrýstingssáravörnum**

