

Trycksår

Trycksår är en vanlig komplikation om man har en förlamning eller nedsatt känsel. För att förhindra trycksår och lidande ska huden kontrolleras varje dag. Avlasta så fort rodnad upptäcks. Att få ett trycksår i sittregionen som rullstolsburen inskränker vardagslivet eftersom långvarig avlastning i säng krävs för att såret ska läka. Om man tidigare har haft trycksår ökar risken för framtida sår. Trycksår innebär risk för allvarlig infektion.

Vad är ett trycksår och hur orsakas det?

Ett trycksår är en lokal skada i huden och i underliggande vävnad som orsakas av att en kroppsdel utsätts för tryck, ibland i kombination med skjuv. Skjuv är när vävnadslager förskjuts i förhållande till överhuden. Skjuv kan till exempel uppstå om huvudändan höjs och gör att man glider ned i sängen. Långvarigt tryck leder till syre- och näringsbrist i vävnaden vilket leder till trycksår.

Var på kroppen uppkommer trycksår?

Utsatta kroppsdelar för tryck är hälar, korsben, höfter, bakhuvud, skulderblad, sittben och fotknölar. Känslighet för tryck varierar mellan personer och olika vävnader.

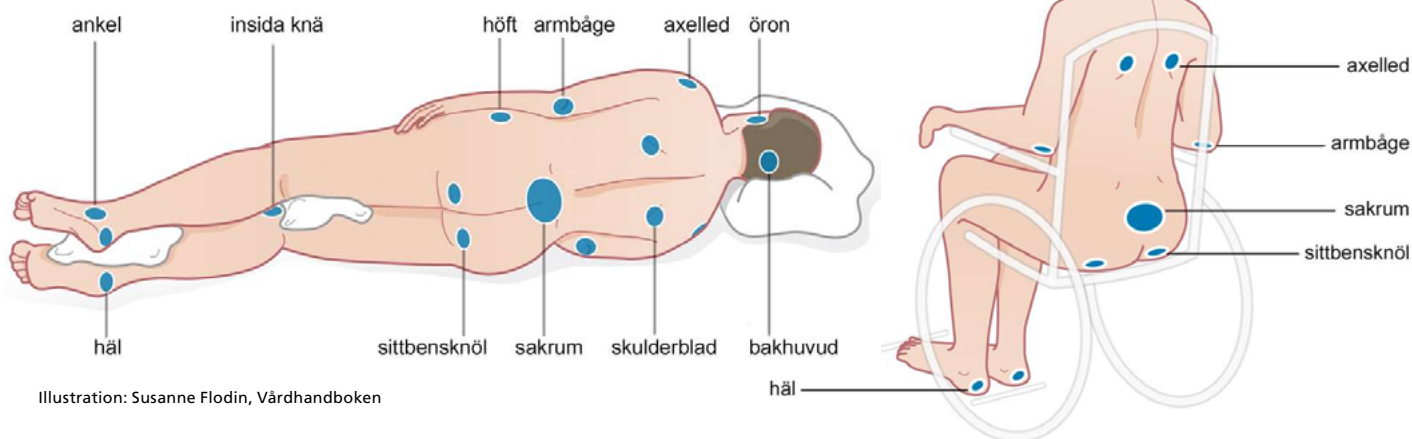
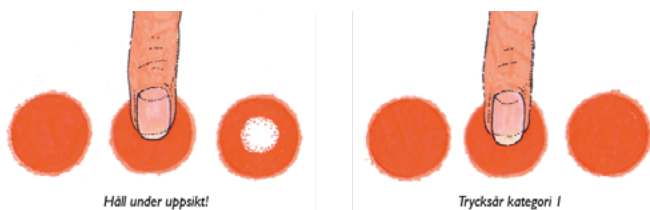


Illustration: Susanne Flodin, Vårdhandboken

Hur vet jag om jag har ett trycksår?

Ett rodnat område som inte bleknar vid avlastning är ett trycksår. Även om huden är hel räknas det som ett trycksår kategori 1. På mörkpigmenterad hud, känn efter varmare hudområden, ödem och områden som upplevs fastare och hårdare, och har en avvikande konsistens från den omkringliggande vävnadens struktur.



Vad kan orsaka trycksår?

- Tryck
- Skjuv
- Friktion
- Fukt
- Höjd temperatur

Trycktest

Gör ett trycktest för att se om det röda märket är ett sår: Pressa pekfingeret en kort stund mot området där huden är röd. Bleknar huden vid tryck är det bara en varningssignal. Är det fortfarande rött är det ett trycksår i kategori 1!