

Forebyggelse af trykspor og tryksår

Stop Tryksår - Borger- og pårørende-inddragelse

Formål: At formidle tryksårsforebyggelse i et letforståeligt sprog, og med et indhold, der dels er oplysende og dels er handlingsanvisende for borgere i plejeboliger og deres pårørende.

Problemstilling: Valg af billede, sprog og oplysninger til roll-up, som skal placeres i fællesarealerne, der tilhører borgernes lejemål.

Forventning: At flyers og roll-up vil inddrage borgerne i at være en del af forebyggelsen. Samtidigt vil materialet bidrage til dialog om forebyggelse samt virke som en forklaring på, hvorfor det er vigtigt at medarbejdere er optaget af at forebygge tryksår.

PDSA: Tekst udarbejdet af kommunikationsmedarbejder på baggrund af fagligt input. Tekst og billede testet mht. forståelse og sprogligt udtryk af flere 'ganske almindelige' borgere i forskellige aldre.

Roll-up og flyers trykkes hos bogtrykker. I Lolland Kommune rykker vi rundt med tre roll-up på de forskellige plejecenter – for at nyhedens interesse holdes bedst muligt. Derfor er lay-out holdt på en måde som kan tilgodese en hvilken som helst placering i kommunen.

Materialet påføres versionsnummer.

Udvikler: Kvalitet & Udvikling som er stabsfunktion for sektor Ældre & Sundhed, Kommunikationsmedarbejder samt test på de to plejecentre: Team Skovcenteret og Team Margreteceneret.

Flyer 

Undgå tryksår



Tryksår (eller liggesår) er et område på kroppen, hvor huden eller det underliggende væv har taget skade på grund af tryk. Et tryksår er smertefuld og kan resultere i et åbent sår, der kan være lang tid om at hele.

Årsager til tryksår

Tryksår eller begyndende tryk kan opstå, hvis du i lang tid sidder eller ligger i samme stilling, f.eks. hvis du ligger på samme side hele natten. Man kan også risikere at få tryksår, hvis man i længere tid oplever tryk fra eksempelvis seng, kørestol, pude, gipsforbinding, kateterslange, dræn eller iltriller.

Tegn på tryksår eller begyndende tryk


Tryk kan opstå alle steder på kroppen, især på hæle, albuer, halsben og på ballerne. Vær opmærksom på tegn som:

- Smertes
- Røde mærker
- Hævelser
- Vabler



Roll-up 

Undgå tryksår



Hvad er tryksår:

Tryksår er et område på kroppen, hvor huden har taget skade pga. længerevarende tryk. Hæle, albuer, lænd og hofter er de mest udsatte steder. Risikoen øges ved kroniske sygdomme.

Tegn på tryk:

Smertes, røde mærker, hævelser og vabler.

Forebyg tryk:

- Skift ofte stilling, både når du ligger og sidder.
- Vær opmærksom på, om din kørestolspude eller luftmadras føles hård.
- Spis ofte og drik rigeligt.
- Medarbejderne kan hjælpe dig.

Den næste stilling er den bedste stilling

