



Indhold

- Hyppig repositionering kan forebygge alle tryksår 1
- Det virker i virkeligheden, en case fra hjemmeplejen..... 2
- Hvad er 'Halv Charlie', og hvorfor er det en vigtig lejringsmetode at kende 3
- Ny lommebog kombinerer forebyggelse af tryksår og optimal lejrning..... 5

1 Hyppig repositionering kan forebygge alle tryksår

Nyt stort studie viser at hyppig repositionering i 30 graders sideleje kan forebygge at tryksår opstår hos plejehjemsbeboere.

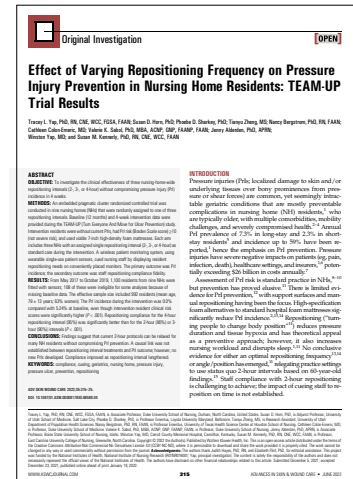
Et nyt cluster randomiseret klinisk studie af Kennerly m.fl. undersøger forekomsten af nyopståede tryksår hos plejehjemsbeboere med udgangspunkt i tre forskellige intervaller for repositionering/lejring; hver 2., 3. og 4. time. I alt ni plejehjem og 992 beboere deltog i studiet.

På tre plejehjem skulle beboerne manuelt lejres hver 2. time; på yderligere tre plejehjem skulle beboerne manuelt lejres hver 3. time og på de sidste tre plejehjem skulle beboerne manuelt lejres hver 4. time.

Interventionen forløb over 4 uger, hvor de sundhedsprofessionelle manuelt lejrede plejehjemsbeboerne. Lejring, eller repositionering, reducerer tryk og manglende ilttilførsel til huden og det underliggende væv, som ellers forekommer når en person ikke selv kan ændre stilling.

Men hyppig lejring kræver mange personaleressourcer og medfører typisk gener for beboerne, som for eksempel forstyrrelse af søvn og smerter i forbindelse med lejring. Studiets resultater viser da også at compliance var lavere hos de sundhedsprofessionelle som skulle gennemføre lejring hver 2. time, fordi det var vanskeligt at nå. Alle deltagere blev vurderet til at have en Braden Skala Score på ≥ 10 (ingen, lav, middel og høj risiko). Plejehjemsbeboere med en Braden Skala Score på ≤ 9 er ekskluderet (ekstra høj risiko) fordi det er vurderet at de har behov for andre tryksårforebyggende handlinger og anvendelse af andre trykaflastende og trykfordelende underlag.

I interventionsperioden lå alle deltagere på en trykaflastende skummadras (18 cm høj). Med en trykaflastende skummadras synker man lidt ned i madrassen, hvilket gør at hele kroppens underside er i kontakt med underlaget. Det fordeler trykket over et større areal. Internationale retningslinjer for forebyggelse af tryksår er fulgt. Dette indebærer let elevering af hovedgærde; anvendelse af 30 graders sideleje; hyppig repositionering; brug af puder og kiler til at fastholde den ønskede lejring; brug af vendelagner og andre hjælpemidler til at repositionere beboerne. Studiet har valgt at anvende trykaflastende skummadrasser fordi



der er evidens for at de er signifikant bedre til at forebygge tryksår end standard skummadrasser.

Selvom risikovurdering for udvikling af tryksår er standardpraksis på plejehjem, så har det vist sig at være svært at lykkes med at forebygge tryksår. Det beskrives i studiet, at der kan være risiko for Hawthorne effekt. Det vil sige at forebyggelsen ikke er lige så svær at opnå, fordi deltagelse i studiet alene gør at personalet er mere opmærksomme på systematisk risikovurdering og forebyggelse. Alligevel vurderes det, at hyppig lejring/repositionering har haft en betydelig effekt på forekomsten af nyopståede tryksår.

Studiets resultater viser en forekomst af nyopståede tryksår på 0,0 %.

Ingen beboere havde tryksår ved interventionens start. Men data, indsamlet forud for interventionens start, viste at der i det foregående år var mellem 2,3-18,3 % af plejehjemsbeboerne som havde udviklet et tryksår, fordelt på de ni plejehjem. Interventionen med hyppig lejring/repositionering har altså vist rigtig god effekt. Men som studiet også viser, så kan det være svært for de sundhedsprofessionelle at overholde venderegimer og nå de hyppige lejringer.

Levabos automatiske kipsystem, Turn All, erstatter manuelle lejringer og foretager automatisk repositionering til 30 graders sideleje med et svagt løft på 5 grader i modsatte side, så brugeren ligger trygt og godt i midten af sengen. Et kipsystem som Turn All kan altså erstatte manuelle lejringer til brugere med behov for venderegime.

Du kan læse studiet her: <https://www.researchsquare.com/article/rs-717425/latest.pdf>

2 Det virker i virkeligheden, en case fra hjemmeplejen



Turn All kipsystemet anvendes allerede i mange kommuner med god effekt. Det er ideelt til personer der allerede har tryksår eller som er i risiko for at udvikle tryksår, særligt personer med nedsat mobilitet og sengeliggende. Automatisk repositionering giver, udover trykaflastning, færre forstyrrelser om natten og en mere skånsom lejring. Derfor anbefaler vi også Turn All til alle brugere som har et venderegime, især personer som er sensitive overfor sensorisk stimuli, har skrøbelig hud eller har mange smerter.

Kvinde i aldersgruppen 90-99 år med fysisk funktionsnedsættelse i benene, som derfor er sengeliggende eller siddende i komfortkørestol. Kvinden er afhængig af hjælp i alle henseender og scores på Braden Skalaen til at være i høj risiko for at udvikle tryksår.

Efter en indlæggelse udskrives hun til eget hjem. Under indlæggelsen har hun fået et mindre tryksår på os sacrum, som hurtigt forværres og udvikler sig til et kategori 4 tryksår. Dette sker selvom hun ligger på en vekseltryksmadras. Der er ikke iværksat andre handlinger for at forbedre sårhelingen.

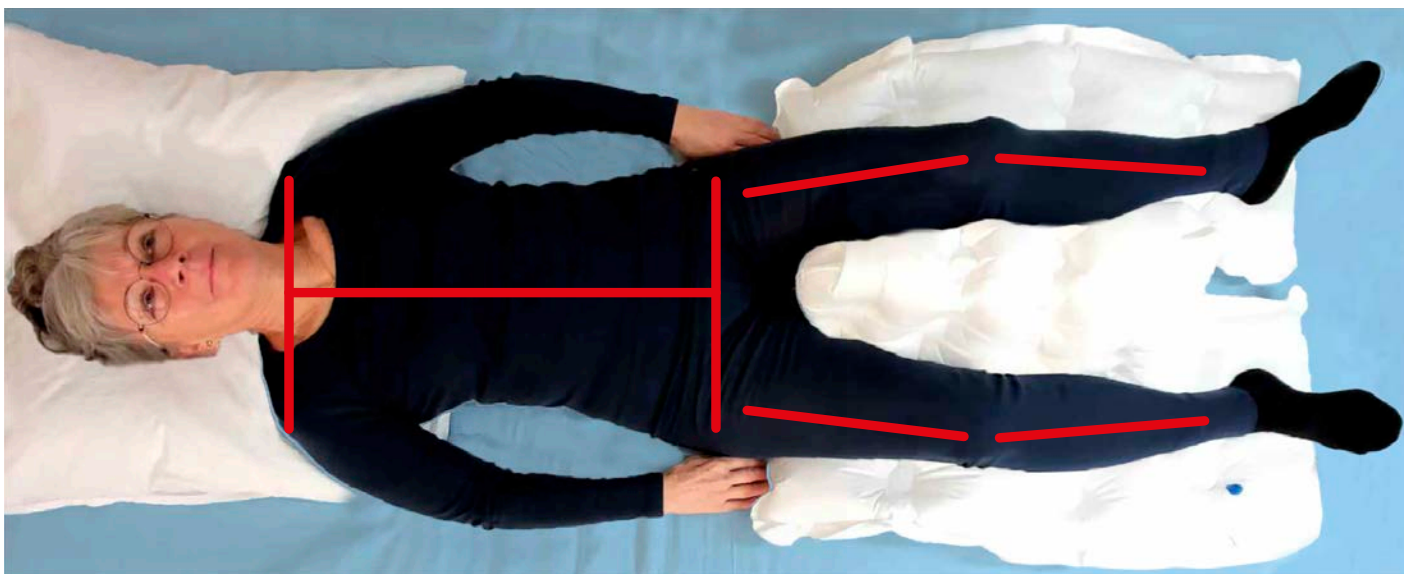
Da brug af Turn All opstartes er tryksåret nekrotisk (sort eller gult væv bestående af døde hudceller) og fibrøst (gult væv, som består af fibrin). Efter opstart ses der hurtigt en forbedring af tryksåret, og ved evalueringen efter 4 uger er såret begyndt at hele - der ses granulerende væv (rødt nydannet væv i sår bunden). Plejepersonalet beskriver selv den trykaflastning Turn All giver som fantastisk, og kvinden oplever at hun ligger rigtig godt i sengen med Turn All i brug. Hun oplever også, at hun sover bedre og har færre smerter.

Plejepersonalet oplever i nogen grad at brug af kipsystemet har frigjort tid til andre opgaver i deres arbejdsdag, og oplever i høj grad at det har medvirket til færre tunge løft.

Samlet vurderer plejepersonalet, at Turn All har stor anvendelighed i hjemmeplejen, da det er nemt og enkelt at bruge og hurtigt viser en stor effekt. De mener, at mange borgere kunne have gavn af at anvende Turn All. De siger desuden, at "tryksåret ikke behøver at være kritisk inden man anvender Turn All" og at det er relevant at "man tænker på også at bruge systemet til forebyggelse".

3 Hvad er 'Halv Charlie', og hvorfor er det en vigtig lejringsmetode at kende

'Halv Charlie' lejringsmetoden anvendes for at opnå en stabil lejrning med et neutralt lejringsmønster, hvor hofte- og knæled er i hvilestilling. Hvis dette ikke er tilfældet, vil man efter kort tid have en oplevelse af ubehag eller at kroppen ikke slapper af.

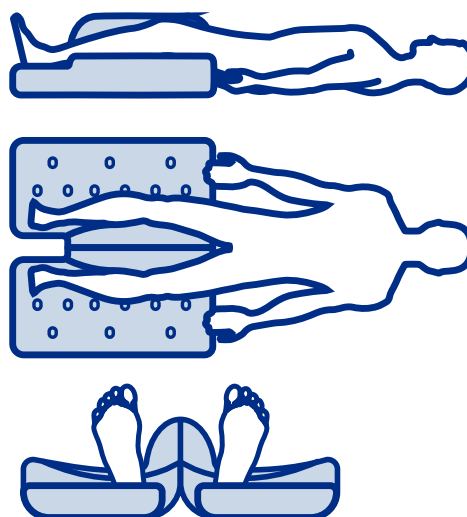


Et neutralt lejringsmønster skal altså sikre at personen bliver ved med at ligge godt i sengen. Et neutralt lejringsmønster indebærer at personens rygsøjle er uden vrid og at alle led er i hvilestilling.

Det vil sige at personens skulder og hofte skal ligge i samme højde og i en lige linje ud for hinanden samt at benene er let bøjet og i en let udadgående vinkel.

'Halv Charlie' lejringsmetoden indebærer lejrning af benene på denne måde. For at bevare det neutrale lejringsmønster når personen ligger i sengen er det nødvendigt at skabe en stabil lejrning. Hvilke lejringspuder der anvendes, har stor betydning for hvilken stabilitet der opnås i lejrningen. Lejringspuder skal være faste nok til at personen forbliver i den optimale liggestilling, men skal samtidig være bløde nok til at forme sig efter

kroppen og være komfortable for personen. Hvis lejringspuderne er for bløde eller mister sin form vil personens liggestilling ændre sig efter kort tid. Det kan både betyde at personen kommer til at ligge ukomfortabelt og det kan også øge risikoen for shear.



Fortsættes →

4

'Halv Charlie' lejringsmetoden kan nemt opnås med Levabos trykafastende lejringspude af samme navn. Med lejringspuden sikrer man også trykafastning af knæ, ankelknoer og hæle. Lejringspudens udformning giver støtte på både indersiden og ydersiden af knæene, så der opnås en stabil og behagelig lejrning. Fordi lejringspuden er luftbaseret, tilpasser puden sig personens liggestilling uden at den mister sin form.

Halv Charlie lejringspuden placeres under og mellem brugerens knæ i sengen. Herefter tjekkes det at hofter og knæ er let bøjet, og at brugerens ben ligger i en let udadgående vinkel. Flyt benene indtil dette opnås. For en optimal lejrning anbefales det, at der laves et let knæ knæk og en let elevring af hovedgærdet.

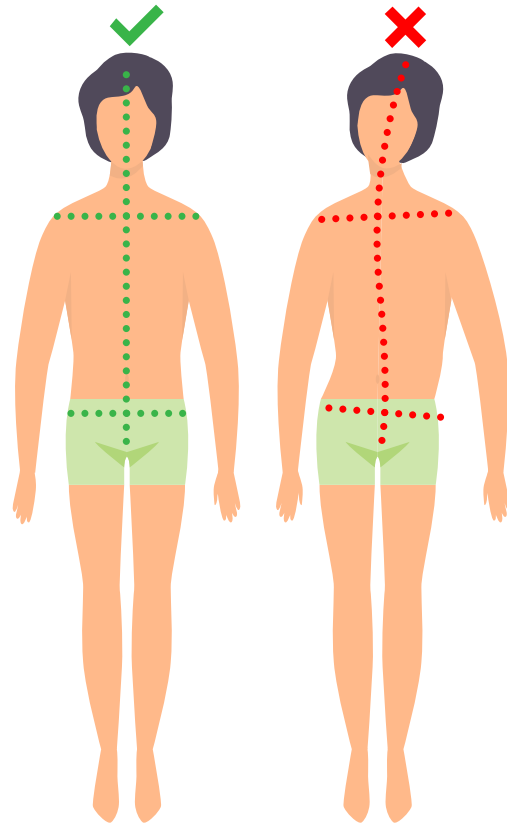
'Halv Charlie' lejringsmetoden anbefales i den nationale kliniske retningslinje for forebyggelse af tryksår.

Den kan du læse her: <https://www.sst.dk/da/Viden/Sundhedsvaesen/NKR-og-NKA/Puljefinansierede-NKR/Forebyggelse-af-Tryksaar-hos-voksne-over-18-aar>



Halv Charlie lejringspude

I den nationale kliniske retningslinje anbefales også lejringsmetoden LiN, som står for 'lejrning i neutralstilling'. Neutralstilling vil sige at alle led hverken er bøjet eller overstrakt. Lejringsmetoden har til formål at sikre en stabil og komfortabel hvilestilling som også er med til at forebygge blandt andet tryksår og kontrakturer hos personer som er sengeliggende og har nedsat mobilitet.



Grundtanken bag LiN er i stor udstrækning den samme som 'Halv Charlie' lejringsmetoden – sidstnævnte fokuserer dog kun på lejrning af underkroppen.

I LiN lejringsmetoden skal der være symmetri mellem højre og venstre kropshalvdel, og man fokuserer på lejrning af hele kroppen og ikke blot enkelte kropsdele. Derfor skal hele kroppen støttes af lejringsmateriale, som for eksempel lejringspuder eller puder og dyner som er faste nok til at sikre en stabil lejrning – evt. sammenfoldede. Fordi hele kroppen støttes af lejringsmateriale, opnås en bedre trykafastning fordi trykket fordeles på et større areal.

Udgangspunktet for lejrningen er at personens ansigt vender fremad; at rygsøjlen er uden vrid eller bøj; at skuldre ligger lige ud for hinanden; at skuldre og hofter er parallelle; og at næse, knæ og tæer er i samme retning.

Til at gennemføre en lejrning i neutralstilling kan du anvende Halv Charlie lejringspuden under og mellem benene samt en Universal Long lejringspuden under hver af personens arme.

Læs mere om LiN her: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4321212/>

5 Ny lommebog kombinerer forebyggelse af tryksår og optimal lejrning

Ny "2 in 1"
bare flip den rundt...



I den nye opdaterede lommebog kombineres Levabos blå lommebog 'stop tryksår' med den grønne lommebog 'optimal lejrning'. På den måde får du al viden samlet et sted.

Den blå lommebog indeholder fortsat guide til hvordan vores forskellige lejringspuder anvendes til forskellige lejringsituationer.

Derudover finder du tryksårskategorierne, Braden skalaen samt generel viden om hvordan et tryksår defineres, hvem der er i risiko for at udvikle tryksår og en beskrivelse af de mest trykudsatte steder på kroppen.

Alt sammen nyttigt at have lige ved hånden for at kunne forebygge eller forhindre tryksår i at udvikle sig yderligere.

Vender man lommebogen om finder man den grønne del af lommebogen som indeholder guides til og viden om optimal lejrning, for eksempel lejrning i neutralstilling og lejringsmetoden 'Halv Charlie'.

Derudover finder du generel viden om trykaflastning og trykfordeling, 30 graders sideleje, HUSKE-tjeklisten og de nye Care Bundles.