Tryksår efter rygmarvsskade

Dette faktaark henvender sig til fagprofessionelle, som møder personer med rygmarvsskade i deres arbejde.

Tryksår er en hyppig og alvorlig komplikation efter rygmarvsskade, som kan medføre store konsekvenser for den enkeltes helbred, funktionsevne og livskvalitet.

Hvor mange får tryksår:
Op mod 85–95 pct. af personer med rygmarvsskade udvikler mindst ét tryksår i løbet af livet, og mange oplever tilbagevendende tryksår.

Hvad er tryksår?

Et tryksår (ligge- eller siddesår) er en lokal skade på huden og/eller det underliggende væv, som opstår som følge af tryk eller tryk i kombination med vævsforskydning (shear).

Konsekvenser

Tryksår kan medføre alvorlige infektioner, hospitalsindlæggelser og langvarige behandlingsforløb. Dybe tryksår kan tage måneder eller år at hele og kan nødvendiggøre længere perioder med aflastning og sengeleje. Det kan begrænse mulighederne for rehabilitering, arbejde, uddannelse, familieliv og fritidsaktiviteter og dermed påvirke livskvaliteten betydeligt.

Hvorfor har personer med rygmarvsskade øget risiko for tryksår?

Personer med rygmarvsskade har en livslang øget risiko for tryksår. Det skyldes et samspil mellem nedsat følesans og mobilitet, forandringer i hud og væv samt en række andre risikofaktorer:

Nedsat eller manglende følesans:
Tryk, smerte og ubehag registreres ikke nødvendigvis.

Nedsat mobilitet:
Færre spontane stillingsændringer og vanskeligheder med selv at aflaste udsatte områder.

Forandringer i hud og væv:
Huden kan blive mindre elastisk, og tab af muskelmasse som følge af parese/paralyse ændrer vævets evne til at modstå belastning.

Påvirket blodforsyning: Nedsat iltforsyning og langsommere genetablering af blodgennemstrømning efter trykbelastning.

Spasticitet:
Ufrivillige muskelsammentrækninger kan påvirke kropsholdning, siddestilling og trykfordeling.

Belastning ved aktivitet og forflytninger:
Langvarig siddende eller liggende stilling samt vævsforskydning og friktion kan øge risikoen.

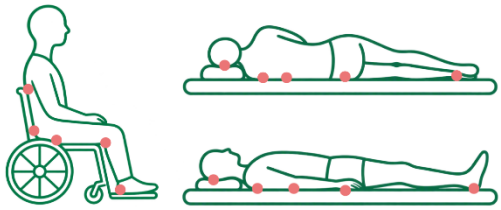
Andre forhold som:
Tidligere tryksår, ernæringstilstand, fugt, inkontinens og uhensigtsmæssige eller slidte hjælpemidler kan øge risikoen yderligere.

Hvor opstår tryksår?

Tryksår opstår typisk over knoglefremspring, hvor vævet udsættes for belastning.

I siddende stilling er særligt sædeknuderne (tubera ischiadica), korsbenet og halebenet udsatte. I liggende stilling er blandt andet korsben, hofter, hæle, ankler, albuer, ører og baghoved udsatte.

Tryksår kan desuden opstå under skinner, katetre og andet medicinsk udstyr.



Tidlige tegn på tryksår

Skaden kan variere fra vedvarende rødme eller misfarvning af huden til dybe vævsskader. Skader i det underliggende væv kan være mere omfattende, end det umiddelbart fremgår af hudens overflade.

Udfør daglige hudtjek, og se efter:

- Vedvarende rødme eller misfarvning af huden.
- Ændringer i hudens temperatur.
- Hævelse eller ændret konsistens af vævet, som kan føles hårdere eller blødere end det omgivende væv.
- Smerte eller ubehag hos personer med bevaret følesans.

Hvordan kan tryksår forebygges?

De fleste tryksår kan forebygges. Det kræver en individuel, systematisk og vedvarende indsats med fokus på tidlig opsporing, aflastning og samarbejde mellem personen med rygmarvsskade, pårørende, personlige hjælpere og fagprofessionelle.

TRYKSÅRSGUIDEN anvender huskereglen HUSKE som samlet tilgang til forebyggelse:

H – Hud: Daglige hudtjek og opmærksomhed på tidlige tegn.

U – Underlag: Individuelt tilpassede sidde- og liggeunderlag og kontrol af hjælpemidler.

S – Stillingsændring: Regelmæssig trykaflastning, stillingsændringer og sikre forflytninger.

K – Kost: Vurdering af ernæringstilstand og sikring af tilstrækkelig ernæring.

E – Engagér: Aktiv involvering og samarbejde med personen med rygmarvsskade og andre parter.

Hvor finder jeg mere information?

- Vi anbefaler: 'TRYKSÅRSGUIDEN: Forebyggelse og behandling af tryksår hos personer med rygmarvsskade – Anbefalinger til god klinisk praksis' af sygeplejerske, ph.d., Knærke Søgaard, 1. version 2026, kan downloades hos Dansk Selskab for Sårheling (åbner i nyt vindue).
- Du kan også få råd og vejledning hos patient- og brugerforeningerne.