

ÞRÝSTINGSSÁRAVARNIR

MAT Á ÁSTANDI HÚÐAR



HVENÆR Á AÐ SKOÐA HÚÐ?

- Tvisvar á dag hjá öllum sjúklingum sem eru í áhættu
- Þegar sjúklingur leggst inn á Landspítala
- Við komu þegar sjúklingur flyst á milli deilda
- Þegar sjúklingur kvartar um verki í húð

HVERNIG Á AÐ SKOÐA HÚÐ?

- Útskýrum fyrir sjúklingi framkvæmdina, spyrjum hann hvort hann sé aumur á einhverjum ákveðnum stöðum og skoðum þau húðsvæði vel.
- Skoðum vel útsett húðsvæði, horfum og þreifum
- Notum fingurprófið ef við sjáum roða
- Gott er að nota spegil þegar hælur eru skoðaðar

AF HVERJU Á AÐ SKOÐA HÚÐ?

- Eftirlit með heilleika húðar
- Finna vísbendingar sem bent geta til byrjandi skaða eins og roði í húð, svo hægt sé að bregðast við með viðeigandi aðgerðum til að fyrirbyggja frekari skaða og sár

HVAR Á AÐ SKOÐA HÚÐ?

- Frá hvirfli til ilja
- Húðsvæði yfir útstæðum beinum s.s. spjaldhryggur, hælur, hryggsúla, olnbogar, rass, hnakki, mjaðmir, ökklaein og eyru
- Húðsvæði sem verða fyrir þrýstingi af völdum íhluta, fatnaðar, slangna o.s.frv.

HVERJU ERUM VIÐ AÐ LEITA AÐ?

- Roða, blöðrum, sárum og raka

Munum að nýta öll tækifæri til húðskoðunar t.d. við klæðnað, böðun og aðstoð á wc.

Húðskoðun verður aldrei gerð í eitt skipti fyrir öll - Regluleg húðskoðun getur hindrað lítinn skaða í að verða að stóru sári.

BREGÐUMST STRAX VIÐ ROÐA!

Hvað á ég að gera þegar ég sé **roðablett**?

Fingurpróf: Þrýsta með fingri á roðann í 5 sek.

Bletturinn hvítnar undan þrýstingnum

Bletturinn hvítnar **ekki** undan þrýstingnum

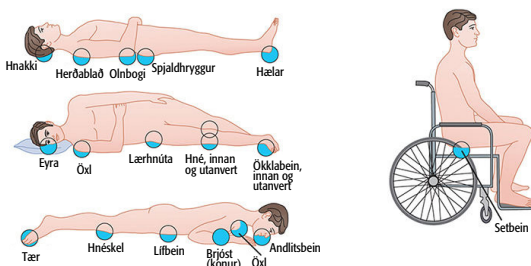
Ekki þrýstingssár

- » Þrýstingi aflétt af roða og kannið hvort hann sé enn til staðar eftir 30 mínútur
- » HAMUR

Þrýstingssár

- » Hefjið meðferð við þrýstingssári – þrýstingi aflétt af þrýstingssári á meðan það er til staðar
- » HAMUR

ÚTSETT HÚÐSVÆÐI



Birt með leyfi: <https://plasticsurgerykey.com/pressure-ulcers-2>

FINGURPRÓF

(Á myndinni er ekki um þrýstingssár að ræða)



Birt með leyfi: <http://www.reactto.co.uk/content/uploads/2018/05/RtR-Training-Book-1.pdf>

MUNUM AÐ SKRÁ NIÐURSTÖÐUR HÚÐSKOÐUNAR!