

**PRÝSTINGSUMBÚÐIR OG FÓTASÁR**  
RÁÐSTEFNA SUMS 17. OKTÓBER 2014

Guðbjörg Pálsdóttir, sérfræðingur í hjúkrun

**SUMS** PRÝSTINGSUMBÚÐIR (compression)

- Bláæðasár gróa hraðar þegar notaðar eru þrýstingsumbúðir, samanborið við meðferð þar sem þrýstingsumbúðir eru ekki notaðar
- Mikill þrýstingur er betri en lítil þrýstingur
- Ekki er afgerandi munur eftir gerð þrýstingsumbúða

(Cullum o.fl., 2001)

**SUMS** PRÝSTINGSUMBÚÐIR

- Þrýstingsumbúðir eru einn mikilvægasti þátturinn í meðferð bláæðasára. (Moffat o.fl., 2007)
- Í meðferð sára af annarri orsök, t.d. hjá sjúklingum með sýkingar, áverkasár, sykursýki, ónæmistengd sár, bjúg o.fl. getur einnig verið hjálplegt að nota þrýstingsumbúðir. (Marston og Vowden, 2003)

**SUMS** FRÁBENDINGAR

- Skert slagæðaflæði (ABPI  $\leq 0,8$ )
- Ómeðhöndlaðir verkir
- Sýkt sár
- Bráð húðnetjubólga
- Varúðar skal gætt þegar skyntilfinning er skert (t.d. hjá sjúklingum með mænuskaða eða sykursýki)

**SUMS** PRÝSTINGSUMBÚÐIR

- Minnka þvermál bláæðanna og auka flæðið um bláæðar
- Þrýsta vökva inn í æðakerfi
- Hindrar bláæðabakflæði
- Styður við vöðvapumpuna

**> minni bjúgur**

**SUMS** PRÝSTINGSUMBÚÐIR

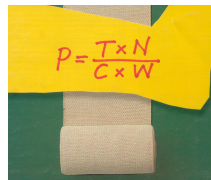
- Teygjubindi
- Teygjusokkar
- Bjúgpumpa



- Bindi sem strekkjast allt að 70% af lengd sinni
- Gefa mikinn þrýsting hjá sjúklingum sem eru á fótum og á hreyfingu
- Gera minna gagn hjá hreyfiskertum þar sem vöðvapumpa er óvirk
- Gefa lítinn sem engan þrýsting hjá sjúklingum í hvíld eða hjá sj sem eru með óstarfhæfa vöðva í fótleggjum
- Kostir: lítill hætta á að þau sitji of fast, það má sofa með þau

- Bindi sem teygjast mikið, 90-140%
- Þau gefa viðvarandi þrýsting hvort sem er í hvíld eða virkni
- Meira viðeigandi hjá hreyfiskertum
- Þarf að taka af á nóttunni

- Fræðsla til sjúklings skiptir miklu um meðferðarheldni
- Meta ástand húðar
- Setja grisjuhólk næst húð
- Bólstra með gifsbómull til að draga úr ójöfnum
- Staðsetja fót með ökkllann í 90°stöðu
- Vefja frá tábergi upp að hné



- P** = þrýstingur undir teygjubindi  
**T** = teygjan í bindinu  
**N** = fjöldi laga / umferða  
**C** = ummál fótleggjar  
**W** = breidd teygjubindis

Takk fyrir og góða skemmtun