

Frida Rogersdotter, USK,
Registerkoordinator
RiksSår

Maria Boström, DSK,
Registerhållare RiksSår

Hanna Wickström, Läk,
ordf i RiksSårs styrgrupp

KOMPRESSION

- ALL NIGHT LONG UNDER PRESSURE

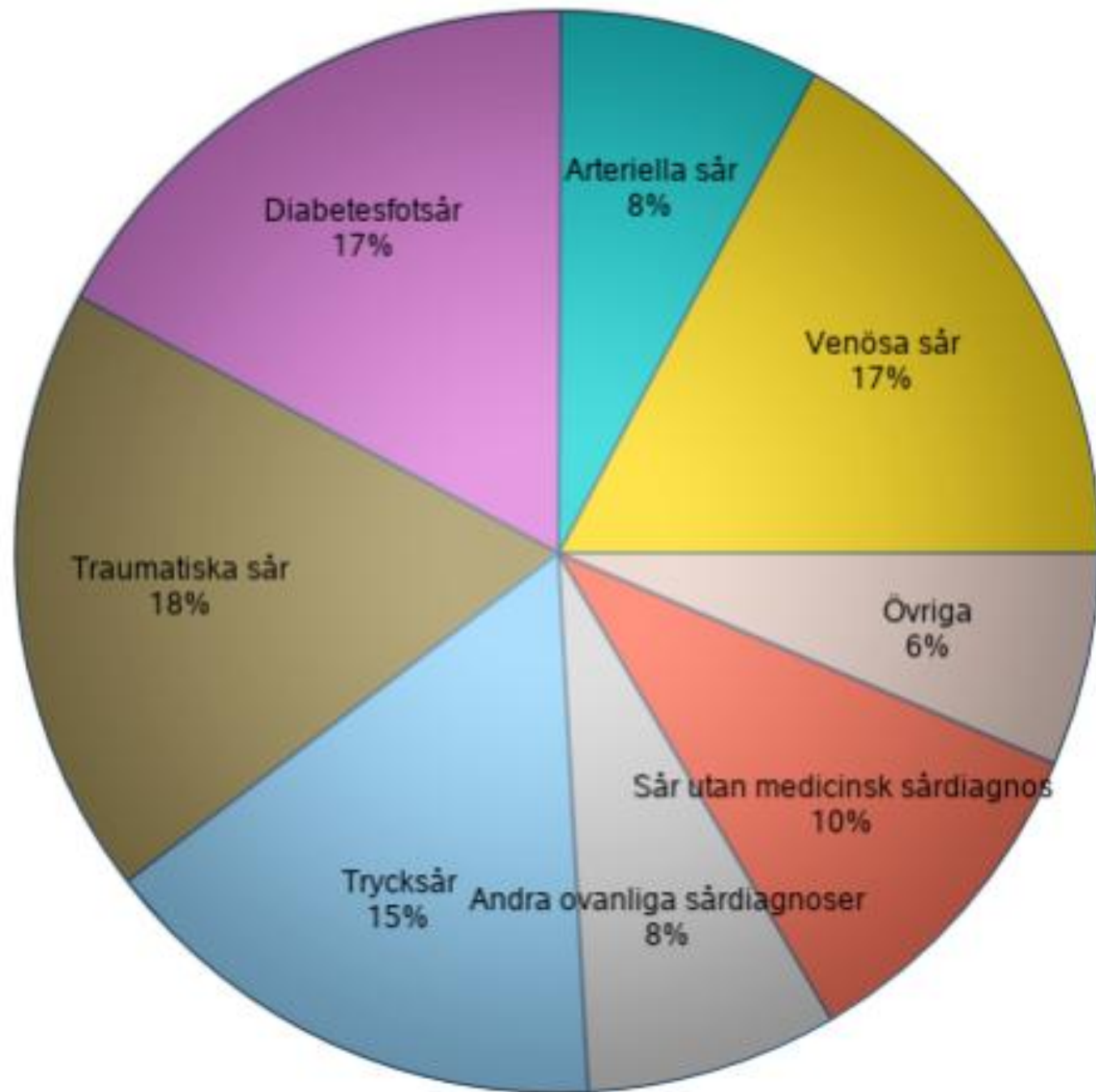


NÄR ÄR KOMPRESSION INDICERAT

Sår där svullnad/ödem är eller förväntas bli hämmande för sårläkningen

VILKA SÅRDIAGNOSER?

- Venösa sår (17%)
- Arteriovenösa sår (3%)
- Traumatiska sår (18%)
- Atypiska sår
- Diabetesfotsår
- Trycksår



PRINCIPEN BAKOM KOMPRESSION

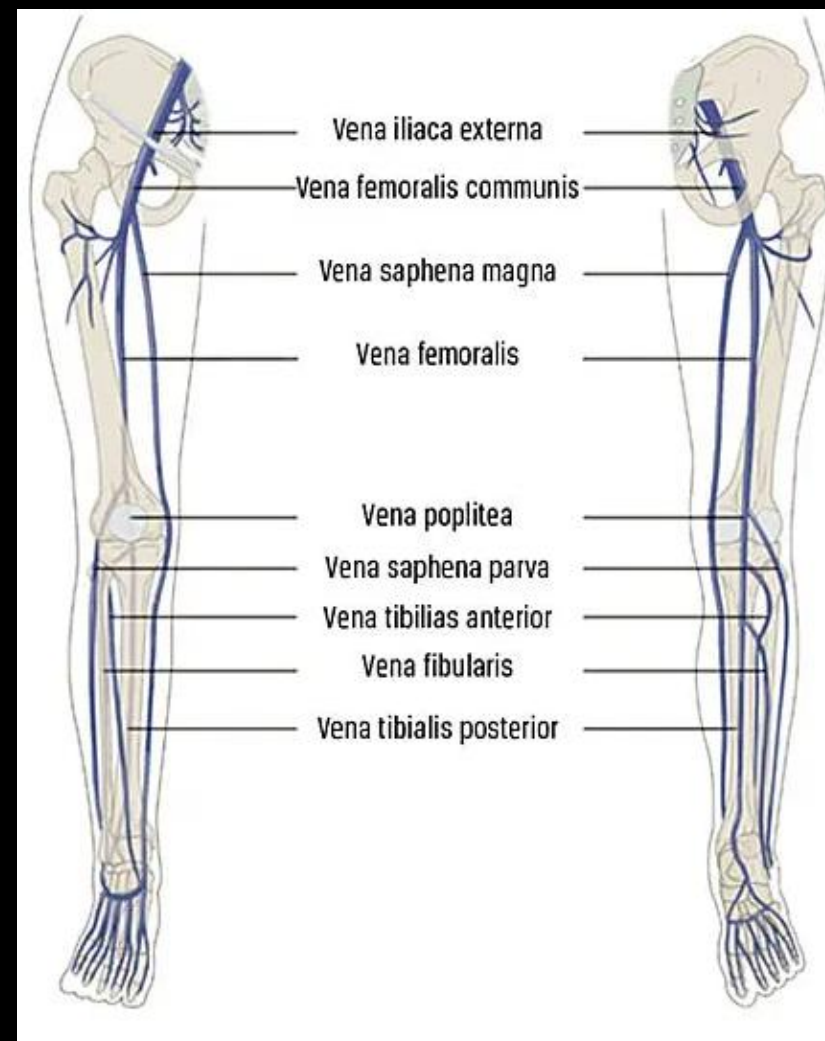
Trycka tillbaka befintlig svullnad

Hindra läckage ut i vävnaden

Venerna får hjälp att sluta tätt

Vadmuskeln jobbar mer effektivt
mot motstånd

Återflödet till hjärtat ökar





ÖDEMETS NACKDELAR

Försämrar för sårhäkning

Smärta

Ökad såravvikning

Ökad risk för infektioner

Ökad risk för lipodermatoskleros
(bestående hudförändringar)

KONTRAINDIKATIONER

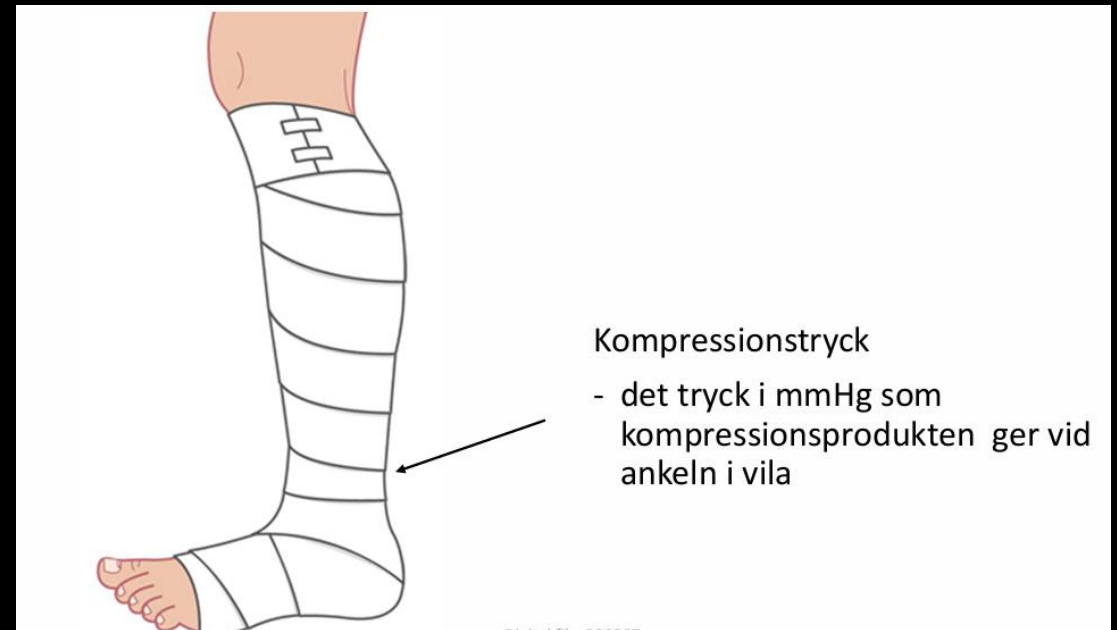
Kritisk benischemi

Obehandlad grav hjärtsvikt

Kärlkirurgi med ytlig ven vid by-pass nedanför knät

ATT ORDINERA KOMPRESSIONSTRYCK

- Kärlstatus (palp pulsar, ankeltryck, ABI)
- Symtom
- Diagnos
- Patientens förutsättningar



VILKET KOMPRESSIÖNSTRYCK?

Kompressionstryck	ABI
40mmHg	0,8-1,4
25mmHg	0,6-0,8
20-25mmHg med försiktighet	0,5-0,6
Kontraindicerat	<0,5

OPTIMALT KOMPRESSIONSTRYCK UTIFRÅN DIAGNOS

Diagnos	Kompressionstryck
Venösa sår	40 eller >40mmHg
Arteriovenösa sår	25mmHg
Traumatiska sår	40mmHg
Övriga sår	25-40mmHg

NYCKELTAL



100% av de venösa
såren ska behandlas
med kompression



84% 2025-26

RISKER MED OCH UTAN KOMPRESSION (FELAKTIG KOMPRESSION)

- Påverkan på cirkulationen
 - Smärta
 - Tryckskada/sår
 - Lungödem
-
- Utebliven läkning
 - Smärta
 - Försämring av sår
 - Amputation



VAD SKA LÄKAREN KUNNA?

- Ta ställning till kompressionstryck utifrån diagnos, kärldata och patientens förutsättningar tillsammans med teamet
- Veta att lindning är behandlingen av venösa, arteriovenösa och traumatiska bensår
- Veta att lindning är behandling av ödem
- Ha kännedom om kontraindikationerna
- Veta att strumpor ska användas dagtid preventivt om inte grundorsak har åtgärdats (efter läkning)
- Känna till att det finns ett nationellt kunskapsstöd/vårdprogram där man kan söka information/kunskap om kompressionsbehandling

VAD SKA SJUKSKÖTERSKA KUNNA?

- Ta ställning till kompressionstryck utifrån diagnos, kärldataus och patientens förutsättningar tillsammans med teamet
- Veta att lindning är behandlingen av venösa, arteriovenösa och traumatiska bensår
- Veta att lindning är behandling av ödem
- Ha kännedom om kontraindikationerna
- Veta att strumpor ska användas dagtid preventivt om inte grundorsak har åtgärdats (efter läkning)
- Känna till att det finns ett nationellt kunskapsstöd/vårdprogram där man kan söka information/kunskap om kompressionsbehandling
- Ha kunskap om lindningsteknik
- Ha kunskap om måttagning

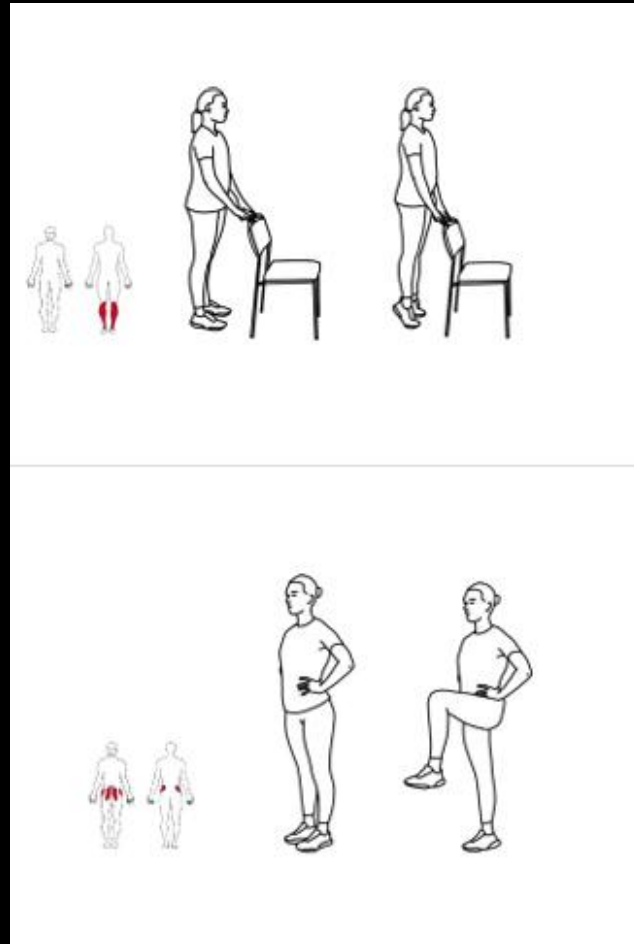
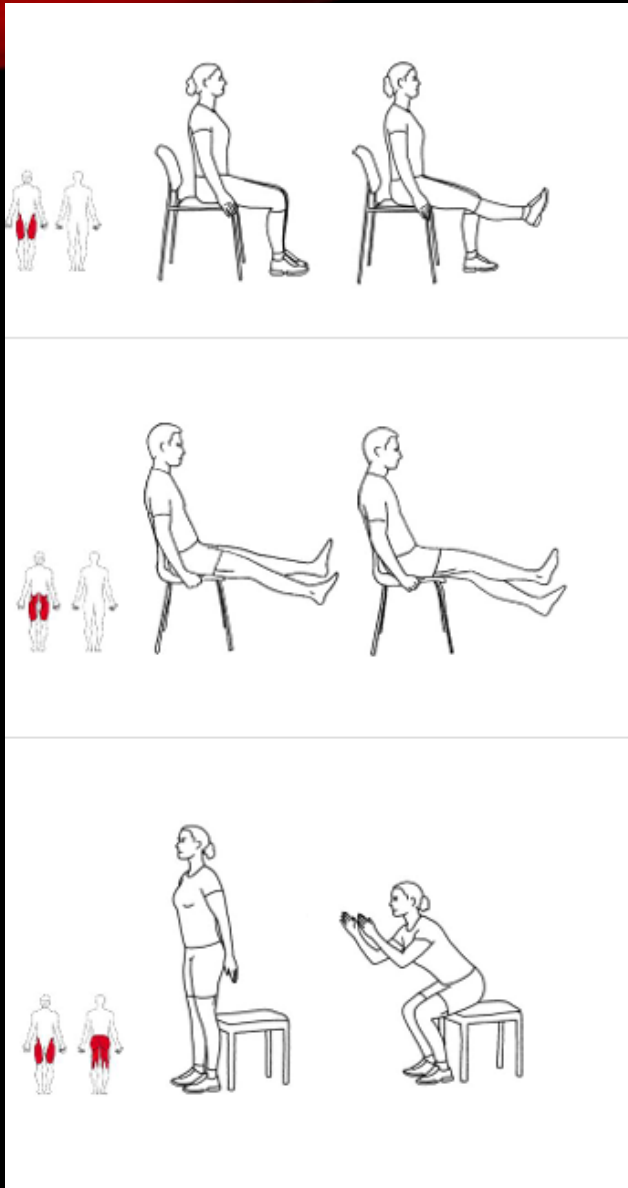
VAD SKA UNDERSKÖTERSKAN KUNNA?

- Ta ställning till kompressionstryck utifrån diagnos, kärlostatus och patientens förutsättningar tillsammans med teamet
- Veta att lindning är behandlingen av venösa, arteriovenösa och traumatiska bensår
- Veta att lindning är behandling av ödem
- Ha kännedom om kontraindikationerna
- Veta att strumpor ska användas dagtid preventivt om inte grundorsak har åtgärdats (efter läkning)
- Känna till att det finns ett nationellt kunskapsstöd/vårdprogram där man kan söka information/kunskap om kompressionsbehandling
- Ha kunskap om lindningsteknik
- Ha kunskap om måttagning

VAD SKA ALLA KUNNA?

- Arbeta i team runt patienten
- Känna till att det finns ett nationellt kunskapsstöd där man kan söka information/kunskap

Bensträckare eller...



Träningsprogram vid svårläkta bensår

Olika typer av kompression

- ▶ Bindor/Lindor
- ▶ Kompressionsstrumpor
- ▶ Justerbar kompression
- ▶ Kompression med pumpstövel





Lindning - Hur ofta? Hur länge?

Snabb ödemreduktion - initiala fasen och underhållsfasen.

Kvarliggande bandagering

Snabb sårläkning

Efter sårläkning

Olika typer av lindor

- ▶ Bredd på lindor
- ▶ Cirkelturer
- ▶ Åttatalsturer
- ▶ Täta varv
- ▶ Sträckning
- ▶ Omkrets på ben
- ▶ Högelastiska lindor (långsträckta)
- ▶ Mellanelastiska lindor
- ▶ Lågelastiska lindor (kortsträckta)
- ▶ Kompressionssystem och självhäftande lindor

Uppföljning!



Lindningsteknik tår



Strumpor Hur ofta? Hur länge?

Under sårläkning

Efter läkning

Hållbarhet

Uppföljning



Olika typer av strumpor

► Rundstickade strumpor

Kan förskrivas, till rörliga patienter, lågt BMI, ytlig venös insufficiens.

► Flatstickade strumpor

Arbetar vid vila, bra för patienter som är stillastående, högt BMI, skär inte in vid knä, djup venös insufficiens.

► Justerbar kompression

Film - måttagning

Förskrivning

- ▶ Ordination av klass
- ▶ Ställningstagande till material
- ▶ Utprovning/måttagning
- ▶ Patientmedverkan
- ▶ Hjälpmedel för på- och avtagning
- ▶ Uppföljning av behandlingen

Hjälpmedel



Stödstrumpa med spillerdug på o av 2018

Pumpstövel

(ett komplement om inte strumpor el lindning fungerar optimalt)

Rekommenderat behandlingstryck:

- Venös insufficiens: 30-60 mmHg
- Venösarteriell insufficiens: 20-40 mmHg

Rekommenderad frekvens och tid:

- 2 ggr dagligen
- ½-2 timmar/gång

Ej ovanpå
lindor



Patientfall

77 årig kvinna söker för bensvullnad i sep 2025. Patienten är 160 och väger 92 kg. Patienten får rundstickade klass 1 strumpor. Patienten har ett normalt ABI. Patienten söker flera ggr till vårdcentralen av olika skäl under kommande 8 månader.

Under våren 2026 får patienten återkommande besvär med smärta i höften och blir mindre och mindre rörlig. I slutet av maj är benen mer svullna och patienten får nu ett par flatstickade klass 1 strumpor och ABI är fortsatt normalt. Patienten får också vätskedrivande läkemedel. Vid midsommar förvärras bensvullnaden och patienten utvecklar blåsor på båda underbenen. Patienten lindas med två lagers kompression en gång per vecka under hela sommaren. Patienten har svullna fottryggar och lätt svullnad över tårna.

Patientens bensvullnad blir inte bättre och i slutet av augusti har svullnaden vandrat upp över knäna och ca 15 cm ovan knäna. Det finns tydligt pittingödem och huden är rodnad. Patienten väger nu 94kg.



Men om inte patienten vill?

- Delaktighet
- Förståelse
- Individanpassa
- Teamet

