

# Tryksår og demens

Tryksår er hyppigt forekommende hos patienter med svær demens, der er immobile. Tryksår forårsager smerter, øger risikoen for helbredsmæssige komplikationer og for tidlig død.

Her på siden kan du læse mere om bl.a. forebyggelse af tryksår hos mennesker med demens og om redskaber til risikovurdering for at sikre systematik i observationen af risikopatienter.

## Forekomst

Tryksår rammer især ældre, som er sengeliggende eller stillesiddende, da især nedsat mobilitet og manglende følesans kan medføre tryksår. Der er store nationale variationer i forekomsten af tryksår blandt ældre på plejehjem og hospitaler. I et svensk studie fandt man en forekomst af tryksår på 20 % blandt ældre på plejecentre.

## Hvad er tryksår?

Et tryksår er et område af huden, og i nogle tilfælde vævet under, som er beskadiget på grund af tryk. Tryksår opstår som et resultat af, at blodtilførslen til et hudområde er nedsat, hvilket resulterer i manglende tilførsel af ilt og næringsstoffer.

Tryksår opstår især steder, hvor knoglerne ligger tæt på huden, og hvor der er en lille mængde af fedt. 95 % af alle tryksår forekommer ved korsbenet, hælene, hoftebenskammen, sædebensknuderne og ankelknoerne.

## Risikovurdering af tryksår

Der findes flere validerede risikovurderingsredskaber, bl.a. Braden- og Norton-skalaen. De fleste lande inklusive Danmark benytter Braden-skalaen.

## Forebyggelse af tryksår hos mennesker med moderat til svær demens

For at sikre sig de bedste vilkår for, at personen med moderat til svær demens kan samarbejde om tiltag, der kan forebygge tryksår, må omsorgsgiveren altid medtænke vedkommendes evne til at forstå og forholde sig til det, som skal ske.

Det er vigtigt at forsøge at skabe forståelse og tryghed i forhold til stillingsskift i seng eller kørestol, og når der motiveres til en gåtur.

## Tiltag der kan forebygge tryksår

### Mobilitet

Personer med moderat til svær demens, som er sengeliggende eller sidder i kørestol kan have problemer med at kunne ændre stilling ved egen hjælp på grund af kognitive og/eller motoriske problemer.

Omsorgsgivere skal være opmærksomme på ikke at begrænse personens muligheder for at kunne bevæge sig rundt af frygt for risiko for fald, fx ved at sætte personen med et bord foran.



Det kan også være svært for mennesker med demens at fortælle, hvis de ønsker at skifte stilling eller har ondt. De er derfor ekstra udsatte for tryksår. Fastsatte tider for hjælp til stillingskift med nogle timers mellemrum kan være nødvendig, uanset om det drejer sig om personer, der er sengeliggende eller sidder i en kørestol.

Hvis det drejer sig om personer, der fortsat har nogen eller lidt gangfunktion, er det vigtigt, at omsorgsgiveren forsøger at motivere til, at denne funktion vedligeholdes eller eventuelt forbedres, hvis det er muligt, for at forebygge tryksår og undgå immobilitet.

### **Beskyttelse af huden**

Hos mennesker med demens, såvel som hos andre ældre, kan der forekomme tab af beskyttende fedt- og muskelmasse, og huden kan blive mere skrøbelig, hvilket øger risikoen for tryksår. Det er derfor vigtigt, at huden holdes tør og hel.

Undgå derfor at belaste huden. Det bør fx undgås at trække personen over et underlag ved forflytninger. Med tydelig kommunikation, der er tilpasset personens kognitive funktionsniveau, kan man sikre et bedre samarbejde i en forflytningssituation, så personen ikke trækkes over underlaget, men i stedet løfter sig selv. Der findes flere hjælpemidler til forflytningssituationer, som kan overvejes.

Fugtig hud kan fremme dannelsen af tryksår. Det er ikke altid, at personen med demens på samme måde som kognitivt velfungerende personer kan give udtryk for ubehag i den forbindelse. Omsorgsgiveren må derfor være opmærksom på, om det er nødvendigt at hjælpe personen med demens til at få skiftet tøj, hvis vedkommende har svedt meget eller er blevet fugtig af andre årsager.

Fugtig og uren hud i forbindelse med inkontinens af urin og afføring kan øge risikoen for tryksår. Det kan derfor være nødvendigt at hjælpe med hyppigt skift af ble eller indlæg ved ufrivillig vandladning (inkontinens).

[Læs mere om ufrivillig vandladning her](#)

Mærker og sømme i tøjet, der hvor personens krop hviler mod et underlag, bør undgås for ikke at belaste huden unødigt.

### **Ernæring og væske**

Mennesker med demens er i risiko for at få en mangelfuld kost og for lidt væske, som kan betyde, at de bliver underernærede og/eller dehydrerede og derved har større risiko for at udvikle tryksår. En balanceret kost og tilstrækkelig væske kan forebygge tryksår.

[Læs mere om ernæring og demens her](#)

### **Trykaflastende hjælpemidler**

I forbindelse med behovet for trykaflastede hjælpemidler, som en særlig pude, madras eller hjælpemidler ved forflytninger, kan det være svært for en person med demens at forstå og forholde sig til, at han eller hun er nødt til at bruge andet end det, vedkommende kender.

Det kan tage tid for vedkommende at vænne sig til de nye rutiner, så det er en god ide at introducere nye hjælpemidler langsomt og tålmodigt.

### **Medicin**

Medicin, fx beroligende eller antipsykotisk medicin, kan gøre personen med demens træt, sløv og immobil. Det kan resultere i, at vedkommende ligger eller sidder meget tungt og stille, hvilket kan medføre tryksår. Hvis det er tilfældet, må egen læge inddrages med henblik på muligheden for at seponere eller ændre en medicinsk behandling.

### **Kilder**

Jaul E et al. The Effect of Pressure Ulcers on the Survival in Patients With Advanced Dementia and Comorbidities. *Experimental Aging Research* (2016).

[PubMed](#)

Gunningberg L et al. The first national pressure ulcer prevalence survey in county council and municipality settings in Sweden. *Journal of Evaluation in Clinical Practice* (2012).

[PubMed](#)

Moore ZEH, Cowman S. Risk assessment tools for the prevention of pressure ulcers (Review). *Cochrane Database of Systematic Reviews* (2014).

[PubMed](#)

Jaul E et al. An overview of co-morbidities and the development of pressure ulcers among older adults. *BMC Geriatrics* (2018).

[PubMed](#)

Forebyggelse af tryksår. Kort version af guidelines. European Pressure Ulcer Advisory Panel (EPUAP) og National Pressure Ulcer Advisory Panel (NPUAP) (2009).

Pedersen H et al. Pressure ulcers in Denmark. *European Geriatric Medicine* (2011).

Ferrell B. A. Pressure Ulcers Among Patients Admitted To Home Care. *JAGS* (2000).

[PubMed](#)

Tryksår skyldes altid tryk. *Sygeplejersken, DSR. Fag & Forskning* (2018).

[dsrdk](#)

Pressure ulcers and bedsores. *Alzheimer's Society* (2020).



[Alzheimer's Society](#)

Senest opdateret: 11. oktober 2023