

Sov med kompressionsstrømperne på!

Pilottest i Aarhus Kommune viser reduktion af cruralt ødem, når borgerne sover med kompressionsstrømper på om natten

Konklusioner og anbefalinger

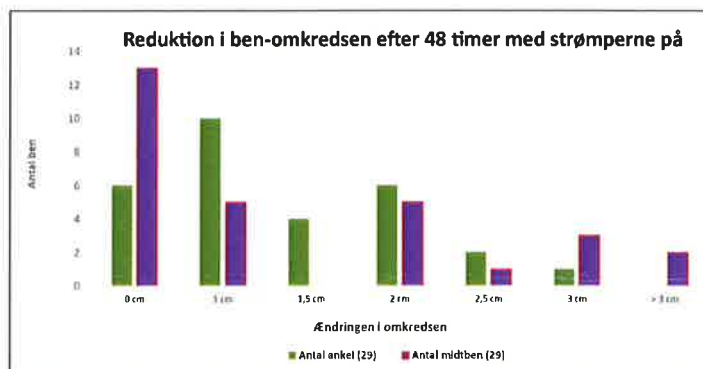
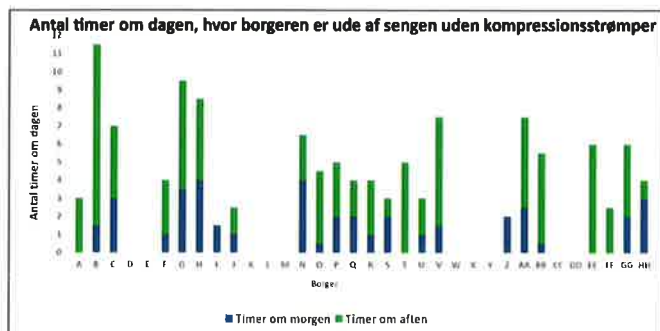
I Aarhus Kommune anbefales alle borgere, der anvender kompressionsstrømper at sove med strømperne på om natten. Hos de borgere, der får hjælp til på/aftagning af strømperne træffes individuelle aftaler om forløbet. Det primære argument for at sove med strømperne på er, at effekten af kompressions-behandlingen bedres betydeligt.

Baggrund

Sundhed og Omsorg i Aarhus Kommune har i løbet af 2018 pilottestet, om borgere, der anvender kompressionsstrømper, med fordel kan beholde strømperne på om natten og kun få dem af i forbindelse med personlig hygiejne. I England er det praksis, at nogle borgere beholder kompressionsstrømper på om natten, og deraf udsprang ideen til en pilottest. Aarhus Kommune konsulterede en overlæge fra det regionale sårcenter, der bakkede op om at pilotteste tiltaget, idet der ikke findes evidens, der kontraindicerer det. Sundhed og Omsorgs medarbejdere kommer hos i alt ca. 700 borgere, der får hjælp til på/aftagning af kompressionsstrømper. I mange tilfælde får borgerne strømperne af først på aftenen og på igen sent om morgenen. I de mange timer, hvor borgerne ikke har kompressionsstrømper på, når deres ben at hæve igen.

Resultater

- hovedparten havde efter 48 timer mindre ødem af ankler/forfod
- hovedparten af de 19 borgere oplevede ingen gener ved at sove med strømperne på
- 3 borgere kunne igen får deres sko på
- 1 borger havde haft et venøst bensår i 13 år, der nu helede op
- 1 borger faldt fra efter 3 uger og 1 efter 6 uger (begrundelse hhv. behov for tryghedsbesøg og kronisk smerte i fod)
- ingen borgere oplevede sundhedsmæssige problemer
- borgerne udtalte, at de var glade for at undgå besværet med at få strømperne af og på (smerter/ubehag), samt at de blev uafhængige af hjælp
- i pilotperioden var der 166 borgerkontakter om ugen, der ikke længere inkluderede at tage kompressionsstrømper på/af.
- medarbejderne undgik uenighed med borgerne om, hvorvidt de skulle have strømperne på eller ej
- arbejds miljøet blev bedre, da det selv med hjælpemidler er en belastende opgave at give strømper på flere gange dagligt
- risici for at der går hul på strømper eller hud blev elimineret



Formål

At indsamle erfaringer omkring hvordan det er for borgerne at sove med deres kompressionsstrømper på om natten.

Materiale/metode

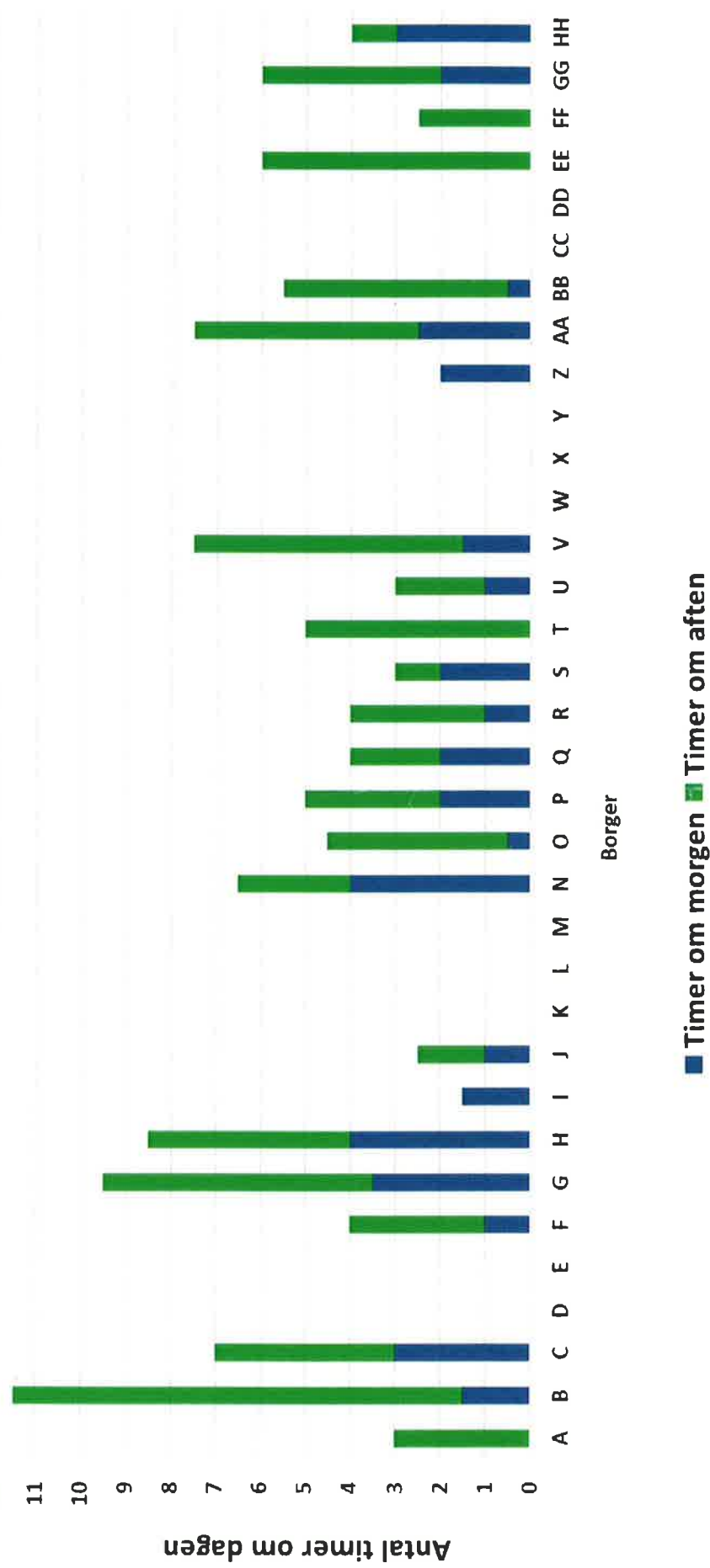
Borgere i to hjemmeplejeteams med ydelsen 'På -og aftagning af kompressionsstrømper' blev udvalgt. Den enkelte borger blev besøgt af en sårkonsulent og hjemmeplejeteamets sygeplejerske eller assistent (=projektteamet) mhp information om pilottestens forløb og formål. Borgeren blev besøgt om formiddagen efter at have fået strømperne på. Omkredsen af anklen på det smalleste sted og midt-benet på det bredeste sted blev målt, ligesom omkredsen af foden, hvis der var synligt ødem. Borgerne som sagde ja til at indgå, fik ikke strømperne af samme aften. De blev kontaktede telefonisk næste morgen af projektteamet for at høre, hvordan natten var gået. Hvis den var gået problemfrit, blev borgeren spurgt om at forsætte en nat mere. Nr. 2 morgen blev borgeren besøgt af projektteamet, hvor omkreds af ankel, ben og fod igen blev målt.

Projektteamet fik kontakt til 34 borgere. 23 borgere sagde ja til at indgå i pilottesten, mens 11 borgere takkede nej. Af de 23 borgere som gerne ville prøve at sove med strømperne på, stoppede 4 efter første nat. Gennemsnitsalderen for de 34 borgere var 81 år (61 -101 år). Strømperne havde været anvendt i en periode på mellem 1 uge og 60 år. Borgere som havde anvendt kompressionsstrømper i forholdsvis kort tid, var mest villige til at indgå i pilottesten. De fleste borgere fik andre ydelser fra hjemmeplejen end på /aftagning af kompressionsstrømper. De inkluderede borgere blev registreret i et excel-ark med besøg, observationer og erfaringer.



Kvinde med hævede vener, der giver smerter så snart kompressionsstrømperne kommer af

Antal timer om dagen, hvor borgeren er ude af sengen uden kompressionsstrømper



■ Timer om morgen ■ Timer om aften