



# Trykksår kan forebygges!

## Nesten 1 av 5 pasienter får trykksår.

Dette kan føre til smerte, redusert livskvalitet, forsinket rehabilitering, infeksjon og i verste fall død.

Nærmere 95% av alle trykksår kan forebygges. Vi ønsker derfor at helsepersonell systematisk vurderer alle nye pasienter for trykksårrisiko, og anbefaler noen enkle og effektive forebyggende tiltak:

- **Bruk nødvendig trykkfordelende utstyr/underlag**
- **Undersøk huden regelmessig**
- **Sikre hyppige stillingsforandringer og/eller aktivitet**
- **Iverksett ernæringstiltak ved behov**
- **Involver pasient og pårørende i gjennomføring av forebyggende tiltak**

Har du en plan for å forebygge trykksår for dine pasienter?

## Din innsats mot trykksår nytter!