

Till dig som har fått diagnosen Arteriellt sår.

Ett ARTERIELLT SÅR orsakas av att din blodcirkulation till dina fötter (den arteriella blodcirkulationen) är nedsatt. Detta för med sig att mindre näring och syre kommer till benen och sårhäkning försvåras. Ibland kan kirurgisk behandling förbättra den arteriella blodcirkulationen. Om du vill och din läkare tror att kirurgisk åtgärd kan vara aktuell skickas en remiss till kärlkirurgen för bedömning.

Behandlingen av ditt sår kan se olika ut beroende på hur nedsatt din arteriella blodcirkulation är. På din Vårdcentral kan din arteriella blodcirkulation undersökas genom att blodtrycket i ditt ben mäts med en blodtrycksmanschett. Ibland kan vidare utredning av blodcirkulationen bli aktuella, då skickas remiss till sjukhuset. Nedsatt arteriell cirkulation kan orsaka smärta både från sår och ben/fot. Det finns läkemedel som lindrar smärta, detta kan din läkare hjälpa dig med.

Lokal behandling av såret sker vanligen 1-2 gånger per vecka på din vårdcentral. Hur denna behandling skall gå till finns dokumenterat i din journal.

Bra att veta:

- Det finns speciella duschskydd som skyddar förbanden när du duschar. Fråga personalen som behandlar dej eller på apoteket så hjälper de dig. Du kan också söka på nätet efter *duschskydd ben*.
- Ibland gör det ont när personalen rengör såret. Det finns lokalbedövande salvor som minskar smärtan. Berätta för personalen om du har ont så kan du få bedövning. Om du har smärta kan det också vara värt att ta en smärtstillande tablett inför såromläggningen.

Detta kan du göra själv för att såret/såren ska läka:

- Följ de behandlingsråd som du blivit ordinerad.
- Maten är viktig för sårhäkning, se över din kost så att alla viktiga näringsämnen finns med. Om aptiten är dålig kan du behöva tillskott av näringsdryck, ta kontakt med din vårdcentral så hjälper de dig.
- Motion där du använder benen kan öka cirkulationen. Om du har sår på fötterna kan det dock vara olämpligt att belasta fötterna. Tala med personalen så kan de hjälpa dig med ett individuellt anpassat rörelseprogram.
- Viktigt att skydda fötterna från olika skador – gå inte barfota!
- Smärta försämrar sårhäkningen. Har du smärta behöver du smärtlindring, det är viktigt att du tar din ordinerade dos värkmedicin.
- Har du diabetesjukdom, kontrollera ditt blodsocker regelbundet under sårhäkningsperioden. Dåligt reglerad diabetes försämrar sårhäkning.
- Rökning drar samman blodkärlen och försämrar sårhäkningen på flera sätt. Ta kontakt med din Vårdcentral om du behöver hjälp med att sluta röka.

- Mår du bra för övrigt? Om inte kanske det är dags för en kontroll hos din läkare på Vårdcentralen.