

Støttestrømper kan forhindre blodpropp

Risikoen for å få blodpropp i beina reduseres betydelig når pasienter som er innlagt på sykehus, bruker støttestrømper

Omtalt av

Therese Kristine Dalsbø
Seniorrådgiver
Område for helsetjenester, Folkehelseinstituttet

Kristin T. Dahm
Forsker
Område for helsetjenester, Folkehelseinstituttet

Marita S. Fønhus
Seniorforsker
Område for helsetjenester, Folkehelseinstituttet

Blodpropp

Dyp venetrombose

Støttestrømper

Sykepleien Forskning 2019 14

Det kan se ut til at støttestrømper muligens også reduserer risikoen for å få blodpropp i lungene. Støttestrømper kan imidlertid føles ubehagelige å ha på. Det viser en Cochrane-oversikt.

Hva sier forskningen?

I systematiske oversikter søker man etter og oppsummerer studier. I denne systematiske Cochrane-oversikten var spørsmålet som følger: Hva er effekten av å bruke støttestrømper for å forhindre blodpropp blant pasienter innlagt på sykehus?

Vi sammenliknet bruk av støttestrømper med ingen bruk av støttestrømper. Resultatene viser at støttestrømper

- reduserer tilfeller av dyp venetrombose (blodpropp i beina)
- trolig reduserer proksimal dyp venetrombose (blodpropp over kneet)
- muligens reduserer lungeemboli (blodpropp i lungene)

Komplikasjoner ble ikke rutinemessig rapportert, men noen pasienter opplevde strømpene som ubehagelige.

Effekt av støttestrømper for pasienter innlagt på sykehus

Hva skjer?	UTEN støttestrømper	MED støttestrømper	Tillit til resultatet ¹
Dyp venetrombose Støttestrømper reduserer dyp venetrombose	21 per 100 pasienter	8 per 100 pasienter (7 til 10)*	⊕⊕⊕⊕ Stor tillit
Proksimal dyp venetrombose ² Støttestrømper reduserer trolig proksimal venetrombose	5 per 100 pasienter	2 per 100 pasienter (1 til 3)*	⊕⊕⊕○ Middels tillit
Lungeemboli Støttestrømper reduserer muligens lungeembolisme	5 per 100 pasienter	2 per 100 pasienter (1 til 5)*	⊕⊕○○ Liten tillit

* Tallene i parentes viser feilmarginen (95 prosent konfidensintervall) – et mål på hvor usikkert resultatet er på grunn av tilfeldigheter.
¹ Tilliten til resultatet handler om hvor trygge vi kan være på at resultatet gjenspeiler virkeligheten.
² Den alvorligste formen for venetrombose.

Bakgrunn

Dyp venetrombose (DVT) er en blodpropp i en av kroppens dype vener, som oftest i beina. Venene er de blodårene som fører blodet fra kroppen tilbake til hjertet. Dype vener finnes lenger inn i kroppen enn overflatiske vener, som befinner seg rett under huden.

Dyp venetrombose oppstår oftest i leggene, men blodproppen kan også sitte over kneet. Blodpropper som er over kneet, kalles ofte proksimale dype venetromboser. Slike blodpropper er de mest alvorlige fordi de har lettere for å løsne og bringes videre til lungene.

DVT gir som regel ensidig hevelse og smerter i leggen eller låret og oppstår helt av seg selv. Huden kan bli litt rød og varm, men de færreste merker noe til dette. Blodpropp i lungene heter lungeemboli og kan være en farlig tilstand.



«Støttestrømper kalles også kompresjonsstrømper og brukes for å bedre venøs tilbakestrømning via ekstern kompresjon.»

Målet med denne systematiske Cochrane-oversikten var å undersøke effekten av støttestrømper for å forebygge dyp venetrombose hos pasienter innlagt på sykehus. Ved lengre sengeleie flyter blodet langsommere og kan lettere klumpe seg.

Støttestrømper kalles også kompresjonsstrømper og brukes for å bedre venøs tilbakestrømning via ekstern kompresjon. Støttestrømper kan gå til under kneet eller opp til hoften og bør utøve et press på rundt 20–40 mmHg. Trykket er størst nederst og avtar oppover.

Hva er denne informasjonen basert på?

Vi gjorde systematiske søk i aktuelle forskningsdatabaser i mars 2017 og fant 20 studier med i alt 1681 pasienter. Pasientene var hovedsakelig innlagt på sykehus for kirurgiske inngrep. Alle studiene sammenliknet støttestrømpebruk med ingen bruk av støttestrømper.

I ni studier var sammenlikningen *kun* bruk av støttestrømper uten andre tiltak med ingen støttestrømper. I de resterende elleve studiene var tiltaket mer komplekst med en kombinasjon av støttestrømper i tillegg til andre tiltak sammenliknet med tiltak uten støttestrømper. Andre tiltak innebar legemidler som dextran, aspirin, heparin eller mekanisk kompresjon.

Støttestrømpene ble satt på dagen før kirurgisk inngrep eller samme dag. Pasientene brukte støttestrømpene til de ble utskrevet eller ikke lenger var sengeliggende.

Studiene var i all hovedsak godt gjennomført, men noen studier rapporterte ikke godt nok om metoden de brukte, og vi mistenker derfor skjevheter i resultatene (risk of bias). Studiene var utført i Sverige (6), England (7), USA (3), Danmark (2), Singapore og Japan.

Systematisk oversikt

I systematiske oversikter søker man etter og oppsummerer studier som svarer på et konkret forskningsspørsmål. Studiene blir funnet, vurdert og oppsummert ved å bruke en systematisk og forhåndbeskrevet fremgangsmåte. (Les mer: [Cochrane Consumer Network](#).)

Tillit til resultatet (GRADE)

Når vi oppsummerer studier og presenterer et resultat, er det viktig å si noe om hvor mye tillit vi kan ha til dette. Det handler om hvor trygge vi kan være på at resultatet gjenspeiler virkeligheten. GRADE er et system vi bruker for å kunne bedømme tilliten til resultatet. I GRADE vurderer vi blant annet:

- hvor godt studiene er gjennomført
- om studiene er store nok
- om studiene er like nok
- hvor relevante studiene er
- om alle relevante studier er fanget opp

Referanse

Sachdeva A, Dalton M, Lees T. Graduated compression stockings for prevention of deep vein thrombosis. Cochrane Database of Systematic Reviews 2018, Issue 11. Art. No.: CD001484. DOI: [10.1002/14651858.CD001484.pub4](https://doi.org/10.1002/14651858.CD001484.pub4).

Les hele artikkelen i Cochrane Library: [Graduated compression stockings for prevention of deep vein thrombosis](#)