



Tietopaketti alaraajaturvotuksen hoitamiseksi

KOULUTUSMATERIAALI 2021

IHO-JA ALLERGIAPOLIKLINIKKA

Tekijät: Tiia Helén ja Laura Salmi

Kuvitus ja video: Senni Luttinen



Sinua kuunnellen..... 

Sisällysluettelo

Diat 3 - 7	Koulutuksen tarpeellisuus
Diat 8 - 10	Keskeiset käsitteet
Diat 11 - 15	Laskimovajaatoiminta ja alaraajan turvotus
Diat 16 - 19	Kompressiohoito ja sen soveltuvuus
Diat 20 - 23	Alaraajaturvotuksen estohoidon aloitus
Diat 24 - 28	Vähäelastiset tukisidokset
Diat 29 - 32	Lääkinnälliset tukisukat
Diat 33 - 38	Motivointi ja niksit
Diat 39 - 40	Ohjeet hoidon tueksi
Diat 41 - 43	Lähteet

Koulutuksen tarpeellisuus

- Hoitamisen tieto-taidoissa on puutteita.
- Nykyiseltään käytössä on useita hoitokäytäntöjä ja toisistaan poikkeavia hoito-ohjeita.
- Potilaat eivät tiedosta oireiden vakavuutta.
- Oireet aiheuttavat kustannuksia potilaille ja yhteiskunnalle.



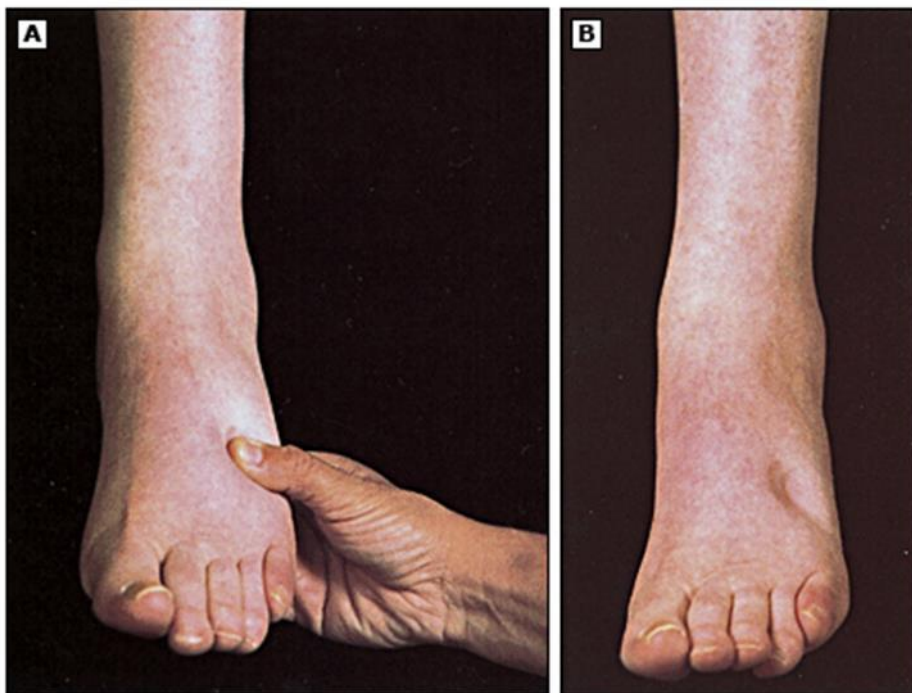
Turvotuksen oireita

- Turvotus jaloissa
- Sukkaraidat nilkoissa
- Ihossa värimuutoksia
- Suonikohjuja
- Säärihaava

**Oirehoito on
KUSTANNUSTEHOKASTA**

Lähteet nro: 1,2.

Turvotuksen estohoidolla voidaan välttyä



”kuoppaturvotus” =
pitting-ödeema



staasiekseema =
turvotuksesta johtuva ihottuma



**lipodermatoskleroosi =
ihonalaiskudoksen kovettuminen**

staassiekseema ja alkava säärihaava



Keskeiset käsitteet

Tässä materiaalissa:

- Alaraajaturvotus → laskimovajaatoiminnasta johtuva turvotus.
- Alaraajojen laskimovajaatoiminta → alaraajaturvotus polvesta alaspäin.
- Alaraajaturvotuksen estohoito → kompressio = lääkinälliset tukisukat tai vähäelastinen tukisidonta.

Kroonisista säärihaavoista jopa 32 - 76% aiheutuu alaraajojen laskimovajaatoiminnasta johtuvasta turvotuksesta.

Lähteet nro: 3.

Alaraajaturvotus ei ole yhden erikoisalan ongelma

Varhainen tilanteen tunnistaminen ja estohoidon aloittaminen ovat avainasemassa säärihaavojen sekä ihottumien ennaltaehkäisyssä ja hoidossa.

Hoidon toteutuminen tuo merkittävät **taloudelliset säästöt** niin terveydenhuollolle, kuin potilaallekin muun muassa vähentyneinä hoitokäynteinä.

Lähteet nro: 4,5.

Milloin turvotusta tulisi hoitaa?

Mieti hetki vastausta, ennen kuin klikkaat eteenpäin.

1. Heti kun se huomataan
2. Kun se haittaa elämää
3. Kun on alkanut ilmetä ihovaurioita

Alaraajojen laskimovajaatoiminta on...

- ...yleinen, krooninen ja useimmiten myös etenevä sairaus, jonka perimmäistä syytä ei tiedetä.
- Laskimovajaatoiminta on tärkeä tunnistaa, jotta hoito voidaan aloittaa mahdollisimman varhain ennen turvotuksen aiheuttamien ongelmien syntyä.



LINKKI: Alaraajojen laskimovajaatoiminta
<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus?id=hoi05030>

Lähteet nro:3.

Mitkä näistä kuuluvat tyypillisiin oireisiin?

Mieti hetki vastausta, ennen kuin klikkaat eteenpäin.

1. Pigmenttimuutokset sääressä
2. Jalkojen väsyminen
3. Kantapään kipu

Turvotus on...

NESTEENKERTYMISTÄ VERISUONISTA YMPÄRÖIVIIN KUDOKSIIN.

LASKIMOPERÄISESSÄ TURVOTUKSESSA LASKIMOIDEN LÄPÄT SAATTAVAT OLLA VAURIOITUNEET JA/TAI POHJELIHASPUMPPU EI TOIMI TEHOKKAASTI.

- Laskimoissa oleva veri kertyy alaraajoihin ja paine verisuonissa kasvaa ja nestettä tihkuu ympäröivään kudokseen.
- Punasoluja, makromolekyylejä ja valkosoluja kertyy laskimoiden ulkopuolelle, tämä aiheuttaa paikallisen tulehdusreaktion.
- Kudosten hapensaanti häiriintyy, josta aiheutuu kudosisvaurioita. Kudosten paranemiskyky heikentyy kudosisvurioiden myötä.
- Iholle voi muodostua haava joko itsestään, tai vähäisen trauman seurauksena.

Lähteet nro: 2.

Pitkittänyt alaraajaturvotus saattaa johtaa säärihaavan syntymiseen

- Säärihaavojen ehkäisyssä ja aktiivisessa varhaisessa hoidossa **turvotuksen estohoidolla** on iso merkitys.
- Muutaman päivän kestävä hoidon laiminlyönti voi johtaa hoidon pidentymiseen kuukausilla.
- Turvotuksen estohoidon fysiologinen perusta haavanhoidossa on hyvin perusteltu ja osoitettu.

Laskimovajaatoiminnasta johtuvan alaraajaturvotuksen estohoidon tulee toteutua haavan ja ihotilanteen paranemisen jälkeen läpi elämän → muuten vaivat uusiutuvat.

LINKKI: Krooninen alaraajahaava

<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus?id=hoi50058>

Lähteet nro: 2,6,7,8.

Mitä jalan turvotessa tapahtuu?

Mieti hetki vastausta, ennen kuin klikkaat eteenpäin.

1. Neste pääsee suonista ympäröivään kudokseen
2. Kudosten hapensaanti heikkenee
3. Ihon paraneminen helpottuu

Alaraajaturvotuksen estohoito

ALARAAJATURVOTUKSEN ESTOHOIDON TARKOITUS ON LISÄTÄ PAINETTA KUDOKSESSA.

- Nesteen imeytyminen takaisin laskimoihin ja imusuoniin lisääntyy.
- Nesteen imeytymisen lisääntyessä turvotus vähenee.
- Edistää laskimopaluuta lisäämällä syvien laskimoiden virtausnopeutta.
- Helpottaa heikkojen läppien toimintaa.

**TURVOTUKSEN
ESTOHOITO TUKEE
LIHASPUMPUN
TOIMINTAA
PURISTAMALLA
LIHASTA ULKOA PÄIN**

Lähteet nro: 7,8,9.

Mihin alaraajaturvotuksen estohoito sopii?

- Laskimoiden vajaatoiminta
- Laskimoperäiset haavat
- Sekahaavat (*mm. diabetes*)
- Lymfedeema = immunestekierron vajeus/ ylipaino
- Infektion aiheuttama turvotus (*mm. erysipelas*)
- Hankalan ihottuman aiheuttama turvotus
- Laskimotukoksen aiheuttama turvotus
- Työperäinen turvotus (*seisoma-/istumatyö*)
- Turvotuksen estohoito sopii myös raskaana oleville

Lähteet nro: 1,10,11.

Mitkä ovat esteet alaraajaturvotuksen estohoidolle?

- Hoitamaton tai vaikea sydämen vajaatoiminta
- Vaikea aso-tauti
- Tuore alaraajan valtimotukos



Lähteet nro: 2,10.

Mikä on este turvotuksen estohoidolle?

Mieti hetki vastausta, ennen kuin klikkaat eteenpäin

1. Valtimoverenkierron heikentyminen
2. Epämukavuus
3. Runsaasti kudostenestettä vuotava säärihaava

Ennen hoidon aloittamista:

Ennaltaehkäisy

Perusterveen turvotuksien ennaltaehkäisy esim. lentosukilla.

Lääkinnälliset tukisukat, puristusluokka I-II tai vähäelastinen tukisidoshoito.

Puuttuminen

Konsultoi lääkäriä! Lääkäri vastaa alaraajaturvotuksen estohoidon aloituksesta.

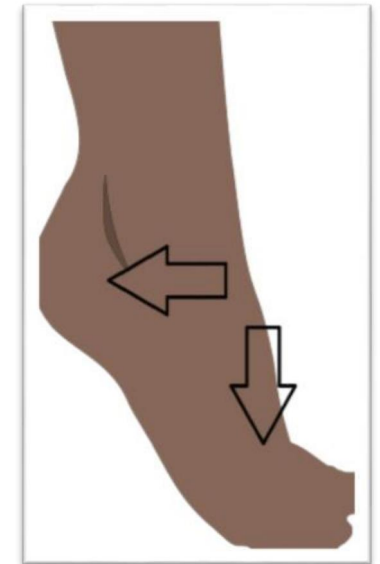
Verenkierron tilan arviointi

Alaraajaturvotuksen estohoito voidaan aloittaa turvallisesti, kun perifeeriset pulssit tuntuvat.

Lähteet nro: 2.

VERENKIERRON TILAN ARVIOINTI

- Turvotuksen estohoito voidaan aloittaa turvallisesti, kun perifeeriset pulssit tuntuvat:
 - Jalasta palpoidaan taaempi nilkkavaltimo (*a. tibialis posterior*) ja jalkapöydän valtimo (*a. dorsalis pedis*), katso havaintokuva.
 - Jalan pulssipalpaatiolöydös luokitellaan dikotomisesti = pulssit ovat tunnettavissa/eivät ole tunnettavissa.
 - Merkittävä valtimoverenkierron vajoitus on epätodennäköinen, jos kummastakin jalan valtimosta tunnetaan kiistaton syke
- Mikäli perifeeriset pulssit eivät tunnu, tulee suorittaa ABI-mittaus.
 - ABI = nilkka-olkavarsipainesuhde**
 - ABI yli 0.8 -1.2 voidaan kompressiohoitoa toteuttaa.
 - ABI alle 0.5 => ei tukisidoksia, ilman verisuonikirurgin konsultaatiota.



LINKKI: ABI-mittauksen toteutus
<https://www.kaypahoito.fi/nix01500>

Lähteet nro: 8,13.

Erilaisia hoitovaihtoehtoja

Vähäelastiset tukisidokset

- useimmille sopiva vaihtoehto
- mahdollistaa pohjelihaksen tehokkaan työskentelyn
- sidoksia voidaan käyttää yötä päivää
- uusittava 2-3 kk välein

Runsaselastiset tukisidokset

- liikuntakyvyttömälle
- sidonta spiraali- tai tähkämalli
- tukisidokset otetaan aina yöksi pois
- HUOM! vaatii tarkkuutta kireyden arvioimiseksi

Monikerros-sidokset

- sidonta pakkauksen ohjeen mukaan
- 1-2 viikon käyttöjakso ennen siirtymistä tukisukkiin
- kertakäyttöinen, käyttöaika 3-7vrk
- Liikkuvalla, yleensä työikäiselle
- Haavattomalle/pitkä haavanhoito väli

Lääkinnälliset tukisukat

- tulee uusia vähintään 6 kk välein
- Turvotus ensin saatava laskemaan muilla keinoin

LINKKI: Käypähoito ohjeistus; sidostekniikat ja lääkinällinen tukisukka

<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus?id=hoi50058>

Lähteet nro: 3.

Estohoidon aloittaminen

Turvotuksen estohoito aloitetaan vähäelastisilla tukisidoksilla (tai monikerros-sidoksilla). Tarkoitus on näillä ensin poistaa turvotus jaloista.

Noin kahden viikon käytön jälkeen voidaan siirtyä lääkinällisiin tukisukkiin (tai kun säärihaavat parantuneet).

- Yhtenäinen ja toistuva sidontalinja ja -opetus ovat tuoneet hyviä tuloksia ja onnistuneita kokemuksia hoidon toteutuksesta.
- Käytännön hoitotyö on osoittanut, että vähäelastista tukisidosta käytettäessä hoito soveltuu myös niille, joilla on heikentynyt verenkierron tilanne alaraajoissa. Tämä kuitenkin arvioitava aina tapauskohtaisesti.

Lähteet nro: 13.

Miten kauan hoitoa tulisi jatkaa?

Mieti hetki vastausta, ennen kuin klikkaat eteenpäin

1. Kunnes turvotustilanne on helpottanut
2. Kunnes mahdollinen ihottuma on hävinnyt
3. Läpi elämän

Vähäelastisen tukisidoksen sidonta

AINA VÄHINTÄÄN KAKSI SIDETTÄ/JALKA!

HUOM! Yhdellä siteellä sidottaessa ei saada oikeanlaista ja riittävää puristusta.

Haavasidokset eivät ole este tukisidonnan tekemiselle, vaan haavasidokset jäävät tukisidonnan alle.

Potilasta tulee kannustaa liikkeelle, pohjelihasten aktivointi tehostaa hoitoa.

Tukisidoksen käyttöikä on noin 2-3 kk.

Siteet tulee pestä niiden likaantuessa, joko käsinpesuna tai pesukoneessa ilman huuhteluainetta max. 60 asteessa.



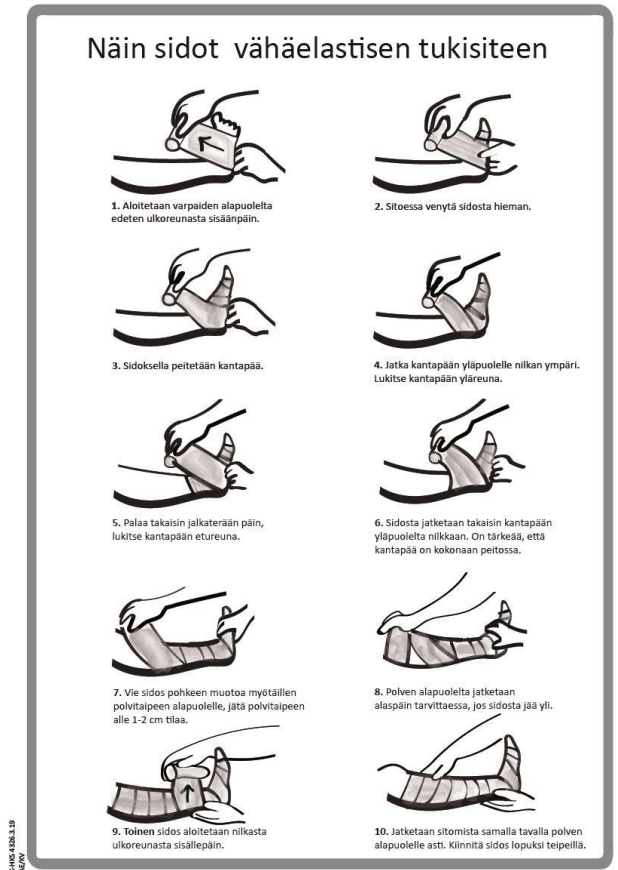
Toteuttaminen

- Sidonta aloitetaan varpaiden tyvestä ja sidontaa jatketaan noin 2cm polvitaipteen alapuolelle.
- Kantapään tulee peittyä sidoksella.
- Nilkan tulee olla sidottaessa noin 90 asteen kulmassa. Sidos ei saa haitata nilkan luonnollista liikettä (*ojennus-koukistus-kierto*).
- Vähäelastiset tukisiteet saavat olla paikallaan ympärivuorokauden, jopa useita vuorokausia (3-4vrk).
- Mikäli sidokset riisutaan yöksi, tulee ne laittaa uudelleen heti aamulla herätessä, ennen päivän askareisiin lähtemistä.

KHSHP Iho- ja allergiapoliklinikan ohjeet:

[Näin sidot vähäelastisen tukisiteen \(kuvallinen\)](#)

[Vähäelastisen tukisidonnan toteutus -video](#)



Vinkkejä sidontaan

- Kiinnitys aina teipillä, ei sidospakkauksen mukana tulevilla hakasilla. Hakaset voivat aiheuttaa haavoja painautuessa sidoksen läpi ihoon
- Tukisiteen alle voi laittaa putkisukkaa → lisää käyttömukavuutta.
- Kipsivanua voi käyttää pehmentämään luisia ulokkeita tai loiventamaan jalan anatomiaa.
- Jalkaa voidaan sidosta tehdessä tukea sidontaa tekevän hoitajan kehoa vasten, jolloin saadaan nilkkaan oikeanlainen kulma.
- Turvotuksen estohoidon toteutus yleistä hoitosuositusta alhaisemmalla paineluokalla on parempi, kun ei turvotuksen estohoitoa ollenkaan.



Lähteet nro: 11.

Tukisidosta tehdessä on tärkeää huomioida?

Mieti hetki vastausta, ennen kuin klikkaat eteenpäin.

1. Sidoksen väri
2. Nilkan asento
3. Kantapään peittyminen

Lääkinnälliset tukisukat

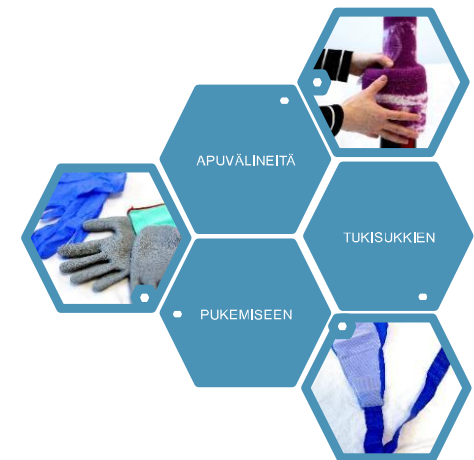
Kun turvotus on ensin saatu vähäelastisilla tukisidoksilla (tai monikerros-sidoksilla) laskemaan, voidaan siirtyä lääkinällisiin tukisukkiin (noin 2 viikon käytön jälkeen).

Lääkinälliset tukisukat eivät itsessään poista turvotusta vaan estävät sen syntymistä.

Lääkinällinen tukisukka tulee pukea heti aamulla herätessä, ennen päivän askareisiin lähtemistä.

Lääkinällisiä tukisukkia ei tule sekoittaa niin sanottuihin lentosukkiin.

Lääkäri määrittää lääkinällisen tukisukan puristusluokan. Laskimovajaatoiminnasta johtuvaan turvotukseen suositellaan puristusluokkaa I-II.



Lähteet nro: 14,15.

LÄÄKINNÄLLISIÄ TUKISUKKIA VARTEN OTETAAN RAAJASTA MITAT

- Raajoja mitatessa niissä ei saa olla turvotusta.
- Mitataan vähintään nilkan ohuin kohta ja pohkeen paksuin kohta.

Niksit lääkinällisten tukisukkien käyttöön

- Lääkinällisistä tukisukista on olemassa erilaisia malleja ja värejä.
- Niitä myyvät apuvälineisiin perehtyneet erikoisliikkeet. Ammattitaitoinen myyjä voi auttaa sukan valinnassa.
- Lääkinällisten tukisukkien pukemiseen on tarjolla erilaisia apuvälineitä, joita on hyvä kokeilla sukan hankinnan yhteydessä.
- Oikein käytettynä yhden lääkinällisen tukisukkaparin käyttöikä on noin 6 kk.

KHSHP Iho- ja allergiapoliklinikan ohjeet:
[Lääkinällisten tukisukkien pukemisohje](#)
(kuvallinen)

LINKKI: Valtakunnalliset lääkinällisen kuntoutuksen apuvälineiden luovutusperusteet

http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161068/rap%2035_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y Lähteet nro: 7,10,15.

Millainen lääkinnällisen tukisukan tulisi olla?

Mieti hetki vastausta, ennen kuin klikkaat eteenpäin.

1. Mittojen mukaan hankittu
2. Ihon värinen
3. Kantapää aukinainen

Motivointi turvotuksen estohoitoon

Perustelee:

Miksi hoito aloitetaan?

Miksi sitä jatketaan?

KHSHP Iho- ja allergiapoliklinikan ohjeet:
[Alaraajaturvotuksen estohoidon potilasohje](#)



Muistilista turvotuksen estohoidosta:

- Tukee pohjelihaspumpun toimintaa.
- Edistää laskimoveren paluuta.
- Poistaa ja ehkäisee turvotusta.
- Ehkäisee säarihaavoja ja edistää niiden parantumista.
- Vähentää kipua.
- Haavan erityys vähenee.
- Suurin osa haavoista paranee muutamassa kuukaudessa.
- Ihon kunto paranee.
- Parantaa elämänlaatua.
- Taloudelliset hyödyt.

Potilaan hoitokustannukset:

- tukisukka 50-100 e/pari, 8-16 €/kk (6 kk)
- tukisidos 7-16 e/kpl, 9- 21 €/kk (3 kk)
- haavanhoito arviolta jopa 500-1000 €/kk



Motivointi voi usein olla haasteellista

- Potilaan asenne, uskomukset ja mahdollinen muistamattomuus vaikuttaa.
- Vaikeudet sidosten laittamisessa → mikä avuksi: apuväline/kotihoito/omainen?
- Kipu.
- Sidosten kuumuus.
- Ulkonäkökysymykset.
- Kenkien mahtuminen sidosten kanssa.
- Epämukavuus.

Epämukavuus ei ole este tukisidoshoidolle!

epämukavuus johtuu turvotuksesta

turvotus ↓ → kipu ↓ → epämukavuus ↓ → **mukavuus**

Kerro potilaalle vaihtoehdot

ILMAN TURVOTUKSEN HOITAMISTA:

- Haava ei parane.
- Ihottumat eivät parane.
- Turvotukset eivät vähene.
- Kipu lisääntyy.



TURVOTUKSEN ESTOHOIDON AVULLA:

- Haava paranee nopeammin.
- Iho hyvässä kunnossa.
- Ei turvotuksia.
- Kivuttomuus.

Vinkit potilaan ohjaukseen:

HOITOMYÖNTEISYYTTÄ LISÄÄVÄT

- Hoidon suunnittelu potilaan/omaisen kanssa.
- Konkreettinen ohjaus ja ohjeet!
- Sidosten laiton harjoittelu.
- Kirjalliset ohjeet.
- Tarvittaessa kontrolli.

Jalkojen mittaaminen konkretisoi turvotuksen vähenemisen:

Jalat mitataan pohkeen paksuimmasta ja nilkan ohuimmasta kohdasta ennen aloitusta.

→ Jalat mitataan uudelleen esimerkiksi noin 1-2 viikon kuluttua.

Mikä voi auttaa potilaan motivoinnissa?

Mieti hetki vastausta, ennen kuin klikkaat eteenpäin

1. Jalkojen mittaaminen
2. Konkreettinen ohjaus
3. Kontrollin sopiminen

Kaikki vastaukset ovat oikein

Ohjeet hoidon tueksi:

Tulosta tästä:

[ALARAAJATURVOTUKSEN ESTOHOIDON POTILASOHJE](#)

[NÄIN SIDOT VÄHÄELASTISEN TUKISITEEN](#)


[LÄÄKINNÄLLISTEN TUKISUKKIEN PUKEMISOHJE](#)

Katso tästä video:

[VÄHÄELASTISEN TUKISIDONNAN TOTEUTUS](#)



ALARAAJOJEN TURVOTUSTAIPUMUS ON KROONINEN VAIVA



**TURVOTUKSEN
ESTOHOIDON
TULEE JATKUA
LÄPI ELÄMÄN**

Lähteet esiintymisjärjestyksessä

1. Simon, E. 2014. Leg Edema Assessment and Management. Medsurg Nursing 23:1.
2. Saarinen, J. 2013. Laskimoperäinen turvotus. Duodecim 129, Haettu 12.10.18 osoitteesta <https://www.duodecimlehti.fi/api/pdf/duo11196>
3. Käypä hoito. 2014. Krooninen alaraajahaava. Suositus. Haettu 25.10.2018 osoitteesta <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus?id=hoi50058>
4. Jorgensen, S. 2008. Compression therapy for venous leg ulcers –how to get more value for money. EWMA Journal 8:3, Haettu 13.10.2018 osoitteesta http://ewma.org/fileadmin/user_upload/EWMA.org/EWMA_journal_archive/EWMA_Journal_Vol_8_No_3.pdf
5. Korhonen, K. & Lepänaho, M. 2012. Ongelmahaavojen hoitoketjun kehittäminen tehostaa hoitoa ja tuo säästöä. Suomen lääkärilehti 43/2012.
6. Suomen haavanhoitoyhdistyksen julkaisuja 2005, EWMA-MIETINTÖ Kompressiohoito, Suomenkielinen käännös alkuperäisestä julkaisusta EWMA – Position Document Understanding Compression therapy. Haettu 13.10.18 osoitteesta: <https://www.shhy.fi/site/assets/files/1042/ewma-kompressiohoito.pdf>
7. Hietanen, H. & Juutilainen, V. 2013. Haavanhoidon periaatteet. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

8. Eskelinen, E. & Halmesmäki, K. & Isoherranen, K. & Saarinen, J. 2017. Laskimohaavat ja niiden hoito. Suomen lääkärilehti 08/2017, Haettu 11.10.18 osoitteesta <http://www.potilaanlaakarilehti.fi/site/assets/files/0/08/58/383/sll82017-498.pdf>
9. Cullum N. & Dumville JC. & Nelson EA. & O`Meara S. 2012. Compression for venous leg ulcers. Cochrane-katsaus. Wiley.
10. Käypä hoito. 2014. Krooninen alaraajahaava. Suositus. Haettu 25.10.2018 osoitteesta <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/suositus?id=hoi50058>
11. Bumpus, K. & Maier, MA. 2013. The ABC`s of Wound Care. Curr Cardiol Rep. Springer 346.
12. Ellonen, M. 2010. Dopplerlaitteen käyttö perusterveydenhuollossa. Duodecim. Käypähoito. Haettu 18.12.18 osoitteesta: <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/suositus?id=nix01500&suositusid=hoi50058>
13. Mortimer P. & Partsch H. 2015. Compression for leg wounds. British Journal of Dermatology 173.
14. Liukkonen, I. & Saarikoski, R. & Stolt, M. 2012. Hoitosukat. Duodecim. Haettu 6.11.2018 osoitteesta https://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p_artikkeli=jal00164#T1
15. STM, 2018. Valtakunnalliset lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiden luovutusperusteet. Verenkiertohäiriöiden hoitovälineet. Helsinki. Suomen Sosiaali- ja Terveysministeriö 35/2018. Haettu 9.11.2018 http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161068/rap%2035_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Diojen 5-7 esimerkkikuvien lähteet järjestyksessä, haettu 20.11.2018

1. https://www.uptodate.com/contents/search?search=lower%20extremity%20edema&sp=4&searchType=GRAPHICS&source=USER_PR EF&searchControl=TOP_PULLDOWN&searchOffset=1&autoComplete=true&language=en&max=10&index=1~10&autoCompleteTerm=lower
2. https://www.uptodate.com/contents/search?search=lower%20extremity%20edema&sp=4&searchType=GRAPHICS&source=USER_PR EF&searchControl=TOP_PULLDOWN&searchOffset=1&autoComplete=true&language=en&max=10&index=1~10&autoCompleteTerm=lower
3. https://www.uptodate.com/contents/search?search=swelling%20in%20legs&sp=4&searchType=GRAPHICS&source=USER_INPUT&searchControl=TOP_PULLDOWN&searchOffset=121&autoComplete=true&language=en&max=40&index=2~10&autoCompleteTerm=swelling
4. https://www.uptodate.com/contents/search?search=venous%20insufficiency&sp=4&searchType=GRAPHICS&source=USER_INPUT&searchControl=TOP_PULLDOWN&searchOffset=121&autoComplete=true&language=en&max=40&index=0~10&autoCompleteTerm=venous
5. https://www.uptodate.com/contents/search?search=venous%20ulcer&sp=4&searchType=GRAPHICS&source=USER_INPUT&searchControl=TOP_PULLDOWN&searchOffset=121&autoComplete=false&language=en&max=40&index=&autoCompleteTerm=