

Therapeutisch elastische kousen

Alossa
huid en oedeemtherapie

U heeft (voor de eerste keer) therapeutisch elastische kousen aangemeten gekregen.

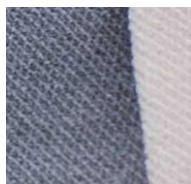
Wat is belangrijk om te weten?

Wassen

- ✓ De kousen dienen minimaal om de 2 dagen gewassen te worden.
- ✓ De kousen slijten harder van het huidvet dan van het wassen.
- ✓ Door het wassen komt de rek en de druk terug in de kous.
- ✓ Te weinig wassen kan de oorzaak zijn van het afzakken.
- ✓ Kousen wassen op 40^o C.
- ✓ Niet in de droger, niet over de radiator of een andere warmte bron hangen.
- ✓ Bij handwas; de kous in een handdoek draaien en even flink aan drukken.

Aan- en uittrekken:

- ✓ Zorg dat de stof altijd dubbel is wanneer u de kous aan- of uittrekt.
- ✓ Let op nagels en sieraden zodat u de kousen niet beschadigt.
- ✓ Bent u mobiel en soepel genoeg, zelf aan- en uittrekken zal geen probleem zijn.
- ✓ Gaat het aan- en uittrekken moeilijker dan zijn er diverse hulpmiddelen.
- ✓ Huishoudhandschoenen zijn wat stroever en maken het gemakkelijker om vooral bij 'rondbrei' kousen de druk goed te verdelen.
Blijft u zelfstandig door gebruik van de aantrekhulp, genoemd in deze folder, dan zijn er enkele verzekeraars die deze aantrekhulp leveren.
- ✓ Zelfstandig kan zijn dat uw partner of iemand bij u in de beurt u kan helpen met de kousen aan- of uit te trekken.
- ✓ Lukt het ook dan niet om de kousen zelf aan- en uit te trekken dan dient uzelf thuishulp of andere hulp te verzorgen.



'rondbrei' kousen zijn heel soepel

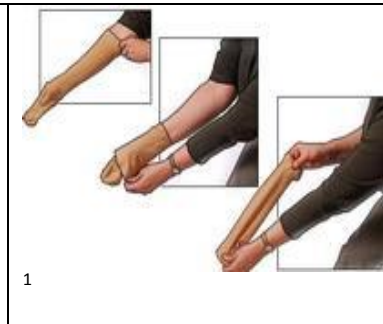


'vlakbrei' kousen zijn stugger dan rondbrei kousen

Instructies voor het aantrekken van de kousen

Zonder aantrekhulp

- maak een 'hakje'
- trek de voet tot net over de hiel
- trek de bovenkant zonder kracht over de hiel
- vouw de bovenkant dubbel en trek zover als de kous komt
- herhaal deze laatste stap totdat de kous goed zit.



Met aantrekhulp kous zonder teen



Met aantrekhulp kous met of zonder teen/Doff n'Donner

<http://www.doffanddonner.eu/>



▪ Met aantrekhulp kous met teen ⁽⁴⁾

. aantrekken



1.

1. Het beste werkt de Gus op een anti-slip mat te leggen. Steek uw voet er in en maak het elastiek, net boven de kuit, vast.



2.

2. Maak een hakje, en trek de kous over de voet en hiel.



3.

3. Verdeel de kous, met behulp van anti-sliphandschoenen, totdat deze goed zit.



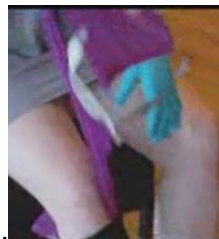
4.

4. Maak het elastiek los.



5.

5. Trek langzaam aan het grijze koord, 6. de Gus onder de kous vandaan.



6.

. uittrekken



7.



8.



9.

7. Steek de voet IN de Gus, zodat de Gus om het gehele been zit.

8. Sla de flappen om, over het elastiek heen.

9. Sla de kous over de Gus en de flappen heen.

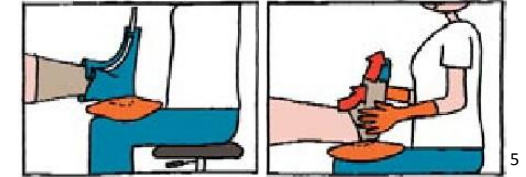
10. En trek de kous geheel over de Gus uit.

Anti-slip handschoenen bevorderen het gemak van aan het uittrekken.

10.

Instructies voor het uittrekken van de kousen

- . Breng de uittrekhulp over de elastische kous,
- . Wrijf de elastische kous over de enkel
- . Zorg dat het hupmiddel onder de elastische kous blijft zitten.



Meer aantrekhulpen op

<http://www.steunkousen.nl/steunkousen-aantrekken-aantrekhulp.html>

Thuiszorg

- . De kosten zijn afhankelijk van uw CIZ-indicatie
- . Uw keuze voor zorg in natura of PGB
- . De thuiszorginstelling die u kiest

Enkele thuiszorg organisaties in de omgeving 's-Hertogenbosch e.o.

- . Brabantzorg: 06 16 87 44 01
- . CIT Thuiszorg Den Bosch: 073 52 36 545
- . Vivent: 0900 515 25 35
- . Divers, steunpunt vrijwillige thuishulp: 073 640 17 29
- . Actiefzorg: 088 750 82 70

Google rustig zelf verder.

Beeldmateriaal van internet

¹⁾: http://www.gezondheid.be/index.cfm?fuseaction=art&art_id=9648

²⁾: <http://www.steunkousen.nl/steunkousen-aantrekken-aantrekhulp.html>

³⁾: <https://www.dantuma.com/elastische-kousen/producten/kousen-hulpmiddelen/easy-slide-comtex/3>

⁴⁾: <http://12gus.com/html/producten.html>

⁵⁾: http://www.arbocatalogusvt.nl/werkhouding/verzorging_en_verpleging/kleden/steunkous_uittrekken_fotos.html

Atossa Huid- en Oedeemtherapie

Groot Grinsel 9a

5275 AN Den Dungen

KvK: 57560676

KP: 39911968088

Milrooijseweg 57, Berlicum; Fazant 4, Vught; Sumatrastraat 21 Den Bosch

Jacqueline van der Gugten

T: 06-36393993

E: info@atossahuidtherapie.nl

I: www.atossahuidtherapie.nl

