

Zwachtelen of andere compressie

Alossa
huid en oedeemtherapie

Therapeutische kousen kunnen alleen aangemeten worden wanneer er geen oedeem, vocht, in uw been of arm aanwezig is. Is dit nog wel het geval dan zullen de kousen na 2 weken te groot zijn. De verzekeraar vergoed pas na één jaar nieuwe kousen. Zwachtelen of andere compressietherapie is dan noodzakelijk.

Wat is van belang om te weten?

Zwachtelen of ander compressie (druk).

- ✓ Zwachtels of ander compressie hebben 1 ding gemeen, uw arm of been zal tijdens de compressie therapie dikker zijn door het materiaal dat er om heen zit. Zorg dat u schoenen heeft van minstens 1 maat groter en een ruim zittende broek of een blouse of trui die ruim zit.
- ✓ De grootste afname is in de eerste dag tot 1 week.
- ✓ of u blijft gezwachteld totdat het gewenste resultaat gemeten wordt,
- ✓ of u krijgt een verbandkous aangemeten.
- ✓ Wanneer het gewenste resultaat is bereikt wordt de therapeutische kous aangemeten.



Welk compressie materiaal wordt gebruikt?

Zwachtels, plakzwachtels, circaid, juxta fit, think fit en nog anderen.

- ✓ Dit is afhankelijk van de oorzaak van het oedeem.
- ✓ De toestand van uw huid.
- ✓ Andere aandoeningen die u wel of niet heeft.
- ✓ Hoe mobiel u bent of moet blijven.
- ✓ Hoeveel kunt u zelf of kunt u door mensen in uw omgeving geholpen worden.

➤ Ouderwetse zwachtels of plakzwachtels.



Een stukje eigen verantwoording

- ❖ Bijna altijd wordt gewerkt met zwachtels die het beste werken wanneer u in beweging bent. U houdt de zwachtels dan en nacht om, tenzij uw therapeut u andere instructies geeft. Het kan zijn dat de zwachtels, vooral 's-nachts, gaan irriteren of enigszins pijn doen. Wanneer u de benen of arm gaat bewegen gaat dit weer over.
- ❖ Afnellen mag niet maar is niet altijd te voorkomen. U zult moeten beslissen of het 'gewoon' niet prettig of te strak zit, of dat ze echt knellen. Wanneer ze knellen zult u of contact moeten op nemen met de therapeut of u doet, een deel, van de zwachtels af.

Wat kan wel en niet met zwachtels?

- ✓ De zwachtels blijven dag en nacht om.
- ✓ Douchen is moeilijk, uw arm of been mag niet nat worden.
- ✓ Bij alleen het onderbeen, behalve dat u uw schoeisel en eventueel lange broek moet aanpassen heeft u weinig beperkingen.
- ✓ Uw voet zal iets minder soepel te bewegen zijn. Auto rijden over lange afstanden zal niet prettig zijn.
- ✓ Is uw hele been gezwachteld; auto rijden is dan niet toegestaan en mag ook niet.
- ✓ Is uw hele arm gezwachteld; auto rijden is niet toegestaan. U kunt uw arm niet voldoende buigen.
- ✓ Uw hand zal bijna altijd mee gezwachteld worden, uw fijne motoriek is beperkt, voor handelingen met water is het verstandig om huishoudhandschoenen te dragen.
- ✓ U wordt gezwachteld door de therapeut.
- ✓ De therapeut verteld u of u met zwachtels om op controle komt of dat u ze thuis mag uitdoen zodat u even kunt douchen.

Variabel compressie materiaal (bijv. circaid, farrowrap)

Een stukje eigen verantwoording

- ❖ U kunt de compressie zelf aanbrengen of uit laten, de druk zelf vermeerderen of verminderen. Dat wil zeggen dat uw eigen verantwoordelijkheid een grote bijdrage heeft in het slagen van de compressietherapie.

Wat kan wel en niet met variabel compressiemateriaal?

- ✓ U kunt zelf, of met hulp uit uw omgeving, het compressie materiaal aanbrengen.
- ✓ U krijgt uitleg of u dit ook 's-nachts kunt of moet dragen, of alleen 's-nachts of alleen overdag.
- ✓ Huidverzorging en douchen is mogelijk omdat u voor korte tijd de compressie uit kunt doen.
- ✓ Heeft u compressie voor de hele arm of hele been dan kan auto rijden mogelijk blijven omdat sommige compressie materialen in delen wordt aangebracht. Voor tijdelijke kunt u uw knie of elleboog vrij maken.
- ✓ De druk kan in de loop van dag aangepast worden aan wat noodzakelijk is bij uw aandoening.
- ✓ Bij lipoedeem kan pijn bij druk een van de symptomen zijn, bij variabel compressie-materialen is het mogelijk zelf de pijngrens te vergroten.



Bron ↓↑: medi.nl



➤ Ander compressiematerialen

- ✓ Er zijn nog vele andere compressiematerialen. Bijvoorbeeld VenoTrain verbandkous.



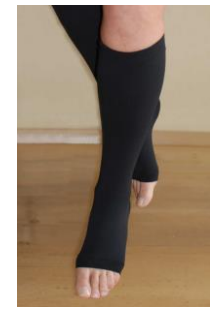
Bron: bauerfeind.nl



of Think fit

bron: rejuvahealth.com

- ✓ Therapeutische kousen worden speciaal aangemeten. Therapeutische kousen geven weinig tot geen bewegingsbeperkingen. Het kan zijn dat u uw kleding erop aan wilt passen. Therapeutische kousen worden aangemeten om dagelijks te dragen. 's-Nachts doet u ze uit.



- ✓ In bijzondere gevallen kan een lymfapress worden voorgeschreven. Ook kan het zijn dat deze in de huidtherapeutische praktijk wordt gebruikt



bron: NVH.nl

Jacqueline van der Gugten
Staakakker 40,
5275 AN Den Dungen
KvK: 57560676
KP: 39911968088
Rijnstraat Den Bosch, Berlicum, Sint Michielsgestel, Vught

Huidtherapeut
T: 06-36393993

E: info@atossahuidtherapie.nl
I: www.atossahuidtherapie.nl



➤ Variabel compressie materiaal (bijv. circaid, farrowrap)

Een stukje eigen verantwoording

- ❖ U kunt de compressie zelf aanbrengen of uit laten, de druk zelf vermeerderen of verminderen. Dat wil zeggen dat uw eigen verantwoordelijkheid een grote bijdrage heeft in het slagen van de compressietherapie.

Wat kan wel en niet met variabel compressiemateriaal?

- ✓ U kunt zelf, of met hulp uit uw omgeving, het compressie materiaal aanbrengen.
- ✓ U krijgt uitleg of u dit ook 's-nachts kunt of moet dragen, of alleen 's-nachts of alleen overdag.
- ✓ Huidverzorging en douchen is mogelijk omdat u voor korte tijd de compressie uit kunt doen.
- ✓ Heeft u compressie voor de hele arm of hele been dan kan auto rijden mogelijk blijven omdat sommige compressie materialen in delen wordt aangebracht. Voor tijdelijke kunt u uw knie of elleboog vrij maken.
- ✓ De druk kan in de loop van dag aangepast worden aan wat noodzakelijk is bij uw aandoening.
- ✓ Bij lipoedeem kan pijn bij druk een van de symptomen zijn, bij variabel compressie-materialen is het mogelijk zelf de pijngrens te vergroten.



Bron ↓↑: medi.nl

