

Kompressionsstrømpe



I denne vejledning kan du se variationer af, hvordan vi giver en kompressionsstrømpe på og tager den af ved hjælp af Spilerdug.

Metoden minimerer belastningen på dine fingre, albuer og skuldre, og samtidig er den skånsom for personen, der skal have den på og af samt for strømpen.

Se også videoerne om kompressionsstrømper på vores hjemmeside.

Som supplement se vejledningen "Påklædning generelt".

Brehms Spilerdug ApS

+45 5764 8351 - info@spilerdug.dk - www.spilerdug.dk

Kompressionsstrømpe på med knæ-knæk og basisstykke



Indstil sengen med knæknæk og placer et enkelt stykke Spilerdug under benene som basislag for at nedsætte modstanden mellem madras og strømpe.



Fold strimlen på midten og husk at strimlens ender skal vende op mod knæhasen.



Lav et par folder.

Vend folderne ned mod madrassen.

Bed evt. personen om at vippe tæerne op mod næsen, så hædens kontakt til madrassen mindskes.

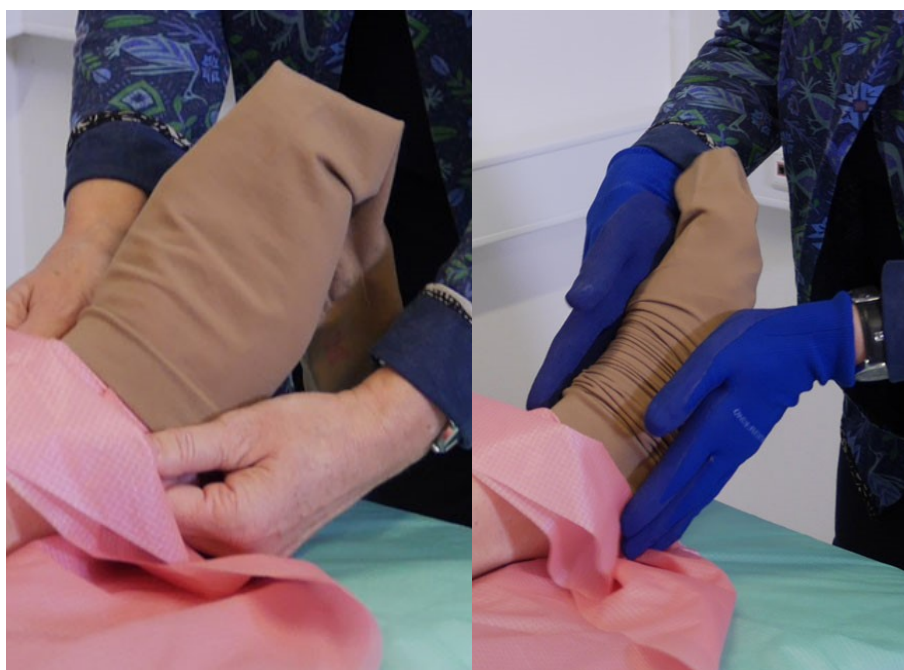
Glid folderne under hælen og fold ud.

Det resterende Spilerdug skal være ca. 2 cm. længere end foden.



Lav et lukket kræmmerhus ved at folde spilerdugen ind fra lille-tåside og lad folden følge den inderste fodkant.

Fold den anden side over, så der dannes en spids.



Træk strømpekanten ned til hælen.

Tag handsker med friktion i håndfladerne på.

Glid resten af strømpen på forfoden i etaper ved at holde god kontakt til fodkanterne.

VIGTIGT ikke at skubbe rynkerne op over strømpekanten.



Glid med sneboldegreb strømpen rundt om hælen. Start ved strømpekanten og arbejd i etaper.



Træk Spilerdugen fri af hælen ved at glide det yderste lag over mod dig selv og træk skiftevis i siderne af Spilerdugen.

Glid det yderste lag tilbage på plads.

Pak benet ind i Spilerdugen.

Lav en flade øverst på strømpepens skaft, som du kan placere hænderne på.



Hold god kontakt med flade hænder på begge sider af benet nord for strømpepens rynker, og glid strømpen op i ét langt strøg.



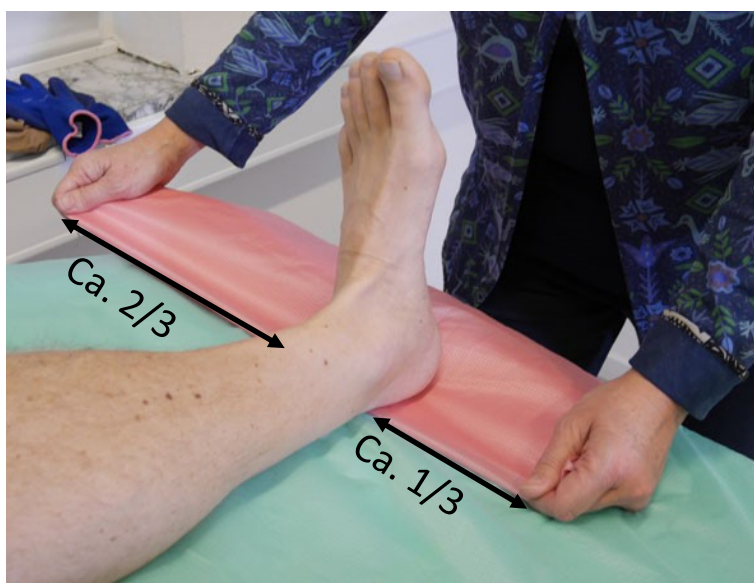
Når du har sikret dig at strømpen sidder korrekt, skal det resterende Spilerdug trækkes ud. Glid det yderste lag over mod dig selv og træk skiftevis i siderne af Spilerdugen, indtil den er ude af strømpen.

Variation 1 - person hjælper



Bed personen om at trække i det yderste lag Spilerdug mens du glider strømpen op.

Variation 2 - fæst om hæl



Placér Spilerdugen under benet lidt forskudt.



Lav et lukket kræmmerhus ved at folde den korte side ind over foden først.

Fold derefter den lange side ind og fæst spidsen under hælen.



Pak benet ind i Spilerdug.

Glid strømpen på og fjern Spilerdugen som vist fra side 3, 4 og 5.

Kompressionsstrømpe af - generelt

Du kan vælge at benytte knæ-knæk, basislag eller flaske, eller en kombination af disse , alt efter hvad der giver mening. Håndgrebene er de samme, uanset hvad du vælger.

Kompressionsstrømpe af - med flaske og basislag



Lav en lille fold på den lange side af den foldede strimmel og glid den ind under hælen og op til strømpekanten.



Skub en plastikflaske ind under benet ved knæhasen.



Rul flasken op under låret og bed evt. personen om at holde flasken på plads.

Nu har du plads til at arbejde hele vejen rundt om benet.



Pak benet ind i Spilerdugen fra strømpekant og ned.

Fold strømpekanten ned omkring Spilerdugen hele vejen rundt.



Rul strømpen ned i etaper

ENTEN:

Hold god kontakt med flade hænder på begge sider af benet lige ved strømpefolden. Arbejd i små etaper, og flyt hænderne op til strømpefolden efter hver etape.



ELLER:

Lav små lette "krabbende" bevægelser med fingrene helt oppe ved strømpefolden og bliv ved til du er nået ned til anklen.



Rul flasken ned (stop før achillessenen) til hælen er fri af madrassen.

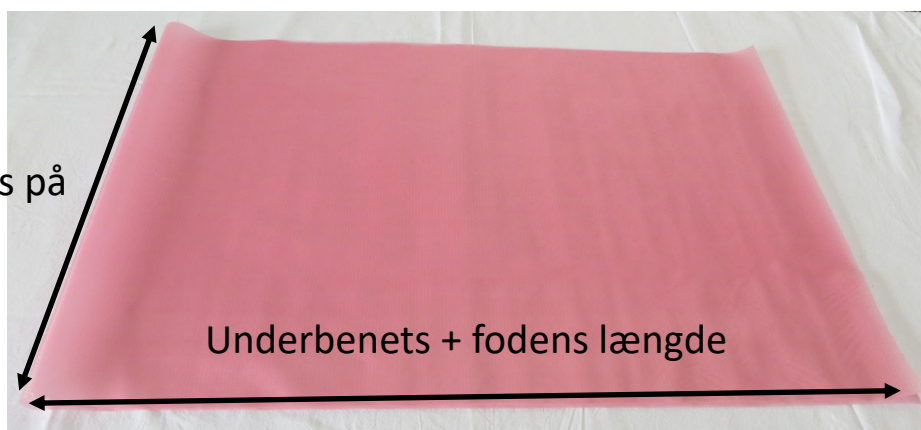
Glid med sneboldegreb strømpen rundt om hælen. Start ved strømpekanten og arbejd i etaper.



Hold god kontakt til strømpe og fod, indtil strømpen er rullet helt fri af foden.

Størrelse når strimlen er foldet:

Benets omkreds på bredeste sted



Spilerdug er CE-mærket i overensstemmelse med Medicinsk Direktiv 93/42/EC og lever op til standard DS/EN 12182 2002-07-08 4. udgave.

"kompressionsstrømpe" (rev 003)

