

Compressietherapie: ambulant, korte-rekzwachtel methode

Vorbereiding

Klaarleggen materialen

- Buisvormig elastische kous met lengte van twee maal het onderbeen (2,5 maal de afstand van tenen tot knie over de hiel)
- Synthetische watten op rol (10 cm)
- Twee korte rek (niet-elastische) windsels (10 cm)
- Fixatiepleister 2,5 cm breed.
- Zonodig elastische fixatiezwachtels (6 cm)
- Alternatief: compressiebox

Toelichting

Korterekzwachtel aanbrengen

- Trek helft van het buisverband over het onderbeen tot onder de knie.
- Omwikkel voet vanaf tenen, enkel en onderbeen met synthetische watten. Breng zonodig aan weerszijden van scheenbeen en in de enkelcoulissen extra stroken synthetische watten aan om been rond te maken (polstering). Fixeer zonodig de polstering met elastische fixatiezwachtels.
- Hou de voet zoveel mogelijk in dorsaalflexie.
- Zwachtel vanaf proximaal van de tenenrij van binnen naar buiten over de voet. Ook de hiel wordt meegenomen. Draai zwachtel rondom been naar boven, dakpansgewijs, het been volgend. Houdt steeds voldoende spanning op de zwachtel.
- Leg de tweede zwachtel in tegengestelde richting vanaf de tenenrij van buiten naar binnen over de voet naar boven. Let op dat er rondom de voet en enkel geen plooien ontstaan.
- Voorkom verschuiven door het aanbrengen van een lange hechtpleister mediaal en lateraal. Trek andere helft buisverband terug over het onderbeen.
- Vraag patiënt hoe de zwachtel voelt: pijn dient te verdwijnen als de patiënt gaat lopen. Vervolgens wordt de kleur van de tenen na lopen beoordeeld. Indien er kort na het aanleggen veel pijn ontstaat, moet rekening worden gehouden met arteriële problematiek.

Nazorg

- Het verband dag en nacht omhouden, bij rusten been hoog leggen, lang staan vermijden, oefenen met knie- en enkel gewrichten, veel lopen. Contact opnemen bij pijn, bij loszitten/afzakken verband.
- Wissel het verband een tot tweemaal per week tot herstel is opgestreden. Controleer bij de indicatie ulcus cruris hierbij de laesie in grootte en aspect
- Wanneer een korterekzwachtel onvoldoende blijft zitten vervang deze door een 4-laags verband

Literatuur

- Goudswaard AN, In 't Veld CJ, Kramer WLM. Handboek verrichtingen in de huisartsenpraktijk. 2e druk. Houten/Utrecht: Prelum Uitgevers BV, Nederlands Huisartsen Genootschap, 2014: 296–301
- www.nhg.org of www.haweb.nl : Instructiefilms .
- Van Hof N, Balak FSR, Apeldoorn L, De Nooijer HJ, Vleesch Dubois V, Van Rijn–van Kortenhof NMM. NHG–Standaard Ulcus cruris venosum (Tweede herziening) Huisarts Wet 2010;53(6):321–33.