



Praktische gids

Compressietherapie met korte rek zwachtels

Zwachtelen: stap voor stap

I VOORBEREIDING



1. Hydrateren

Hydrateer de huid, bij voorkeur met een product op basis van ureum zonder geur- en kleurstoffen zoals Cutimed ACUTE. Dit dringt zeer snel in de huid en tast de vezels van de zwachtels niet aan.



2. Huid beschermen

Bescherm de huid door middel van een kous of buisverband. Dit om wrijvingsletsels of een allergie op latex te voorkomen.



3. Polsteren

Polster door middel van watten of foam. Vul holtes op om drukpunten te vermijden ter hoogte van de enkel, wreef, scheenbeen, achillespees.

II ZWACHTELTECHNIEK

Een goed aangebrachte zwachtel kan tot een week ter plaatse blijven, afhankelijk van de termijn bepaald door de arts. In de praktijk is deze duur vaak minder lang omwille van hygiënische redenen.

Het is echter perfect mogelijk en dus een absolute tijdswinst.



III CIRCULAIR ZWACHTELEN

A De eerste zwachtel



1. Anker

Start aan de teenbasis om de windel te fixeren. Volg goed de teenlijn, zowel bovenaan als onderaan de voet.



2. Voorvoet

Breng verder compressie-windels aan ter hoogte van de voorvoet.



3. Hielfixatie

Breng de zwachtel met 2/3 aan op de achillespees en 1/3 op de hiel.



4. Hielfixatie

Bedek vervolgens de hiel volledig door slechts 1/3 van de zwachtel op de achillespees aan te brengen en 2/3 op de hiel.



5. Onderbeen

Zwachtel verder in circulaire omslagen naar boven toe over het gehele onderbeen tot 2 vingers onder de knie. Doe dit met minstens 50% overlap.



6. Fixatie

Fixeer de zwachtel met een fixatiepleister (vb. Leukoplast). Fixeer nooit circulair, dit kan namelijk insnoering veroorzaken.

Tips

- Zwachtel met een gelijkmatige trekkracht op de windel.
- Blijf met de zwachtel steeds 2 vingers onder de knieplooi.
- Vermijd openingen, hier zou namelijk het oedeem zich kunnen gaan positioneren.
- Bescherm beenderige uitsteeksels met watten rondom.
- Vermijd plooien in de zwachtel om drukplaatsen te voorkomen.
- Controleer regelmatig de kleur van de tenen. Roze is perfect. Bij witte of blauwe verkleuring na 20 minuten zit de zwachtel te strak en moet je hem opnieuw aanbrengen.

B De tweede zwachtel



1. Tweede zwachtel

Leg de tweede zwachtel op dezelfde manier aan: anker, voorvoet, hielfixatie en onderbeen. Start opnieuw aan de teenbasis, maar in de tegengestelde richting, zodat de druk egaal over het gehele been kan verdeeld worden.



2. Fixatie

Fixeer de zwachtel met een stevige, stoffen kleefpleister (vb. Leukoplast). Doe dit nooit met haakjes. Met deze kleefpleister kan de zwachtel nog beter op zijn plaats worden gehouden, vooral op plaatsen waar de zwachtel gemakkelijk verschuift.



3. Afwerking

Door de kous over de zwachtel aan te brengen, voorkomt men dat de zwachtel verschuift.

IV HET RESULTAAT

Bij het verwijderen van de zwachtel observeer en evalueer je best het resultaat:

- Is het oedeem in omvang afgenomen?
- Zijn er rode plekken/drukpunten zichtbaar?





Algemene informatie

Voordat u start met zwachtelen in het kader van compressietherapie, raden we u aan eerst een arts te consulteren.

Eénmaal de zwachtels aangebracht zijn, zal de patiënt uiteraard druk ervaren op het been. In eerste instantie kan dit als licht vervelend ervaren worden, het mag echter nooit pijn doen. Indien er na 20 minuten nog steeds ongemak ervaren wordt, dient er nazicht te gebeuren van de mogelijke oorzaken. Er bestaan 2 soorten zwachtels voor het toepassen van compressietherapie: korte rek en lange rek zwachtels.

Korte rek zwachtels < 100% elastisch

Korte rek zwachtels zoals JOBST Comprilan zijn aangewezen bij patiënten die mobiel zijn, zelfs beperkt stappen is reeds voldoende. Het principe van korte rek impliceert dat de zwachtel weinig elastisch is en een hoge weerstand geeft wanneer de kuitspier wordt

gebruikt en bijgevolg uitzet. Het vocht heeft dan geen andere keuze dan zich naar boven toe te bewegen. Omdat deze zwachtel een beperkte druk uitoefent op een been in rust mag de zwachtel dan ook doorlopend dag en nacht gedragen worden.

Lange rek zwachtels > 100% elastisch

Lange rek zwachtels zoals JOBST Eloflex worden gebruikt bij patiënten die volledig immobiel zijn en zelf niet meer in staat zijn zich te verplaatsen. Deze zwachtel zal op het been in rust een continue druk uitoefenen, omdat de elastische vezels steeds terug naar hun oorspronkelijke vorm proberen te bewegen. Daarom moet deze zwachtel ook altijd 's avonds voor het slapengaan verwijderd worden. Voor beide zwachtels gelden dezelfde principes en technieken, met dat verschil dat we bij het zwachtelen met korte rek twee zwachtels gebruiken, bij lange rek volstaat één zwachtel per onderbeen.

Benodigdheden

	Omschrijving	Artikelnr.	CNK
Cutimed® ACUTE Hydraterende mousse met 5% of 10% ureum 	5% - 125 ml	72641-29	2620-540
	10% - 125 ml	72641-32	2620-557
Tricofix® Katoenen buisverband 	E/6 8 cm x 20 m	02197-00	3622-545
	F/7 10 cm x 20 m	02198-00	3622-552
Soffban® Synthetische polsterwatten 	10 cm x 2,7 m	71486-05	837-732
	15 cm x 2,7 m	71465-01	837-682
JOBST® Comprilan Duurzame compressiezwachtel met korte rek 	6 cm x 5 m	01026-00	384-206
	8 cm x 5 m	01027-00	384-214
	10 cm x 5 m	01028-00	384-222
	12 cm x 5 m	01029-00	384-230
Leukoplast® Traditionele kleefpleister in huidskleur met drager in textiel 	2,5 cm x 5 m	01522-00	118-018
Hypafix® Witte niet-geweven fixatiepleister 	10 cm x 10 m	71443-02	825-679