



Belgische Federatie voor Zorgkundigen

BEFEZO

www.befezo.be

“EVIDENCE BASED” COMPRESSIETHERAPIE VOOR ZORGKUNDIGEN



Auteur: Dhr. Cappelier Paul
Essity Internal

In samenwerking met



Inhoud presentatie

- Regelgeving
- Historiek
- Anatomie en fysiologie
- Ziektebeeld en verschijnselen
- Wat is compressietherapie?
- Soorten compressietherapie
- Problemen die kunnen optreden bij compressietherapie
- Verzorging van de huid
- Overige aandachtspunten bij compressietherapie
- Aanleggen van compressietherapie



Regelgeving

- Op 18 maart 2019 verscheen in staatsblad nieuw KB uitbreiding takenpakket
- Binnen een gestructureerde equipe met verpleegkundige
- Delegatie van een verpleegkundige
- Enkel na opleiding 150 u (75 u opleiding – 75 u stage)
- In erkende zorg- en verpleegkundige opleiding



Essity Internal



Compressietherapie vandaag!



Essity Internal

Bron: Verpleegkundig wondzorgspecialisten www.wondzorg.net



Compressietherapie vandaag!



Bron: Verpleegkundig wondzorgspecialisten www.wondzorg.net

Compressietherapie vandaag!



Bron: Verpleegkundig wondzorgspecialisten www.wondzorg.net

Compressietherapie vandaag!

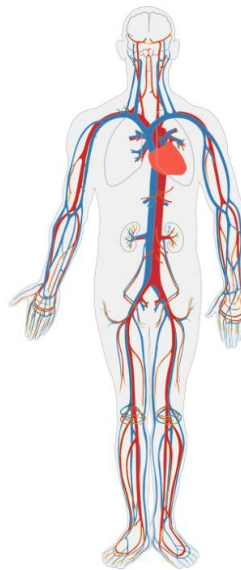


Essity Internal

Bron: Verpleegkundig wondzorgspecialisten www.wondzorg.net



BOUW VAN BLOEDVATEN

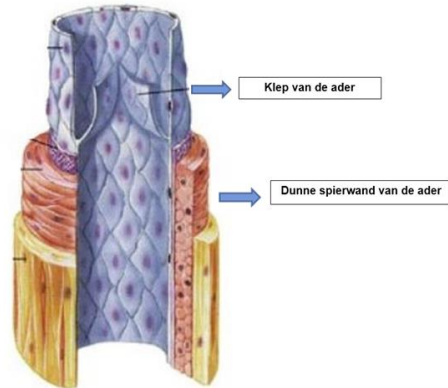


Essity Internal



Bouw aders onderste ledematen

- Voeren bloed van onderste ledematen naar hart toe
- Afvoer zuurstofarm bloed en afvalstoffen
- Minder gespierde wand
- Bloeddruk is lager
- **Hebben kleppen!**

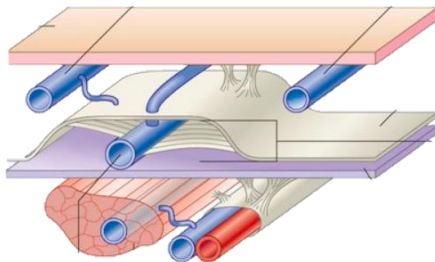


Bron: <https://maken.wikiwijs.nl>

Essity Internal

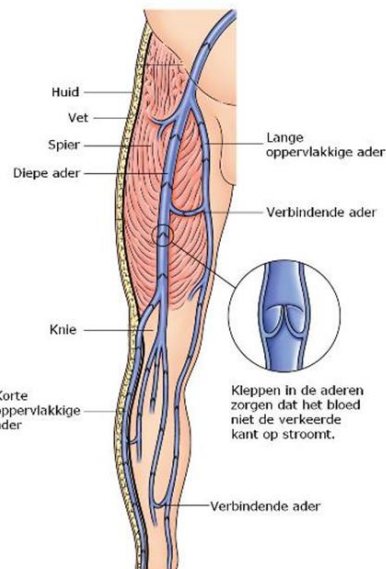
Soorten aders onderste ledematen

- Korte en lange oppervlakkige aders
- Diepe ader
- Verbindende aders



Bron: <https://plasticsurgerykey.com/anatomy/>

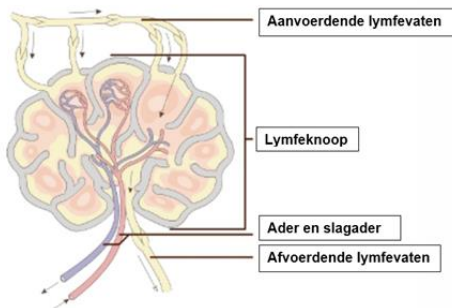
Essity Internal



Bron: <https://vaatchirurgie.slingeland.nl>

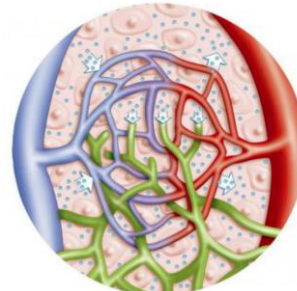
Lymfevaten

- Puur afvoerend systeem
- Vervoert lymfevocht ontstaan in weefsels naar lymfevaten
- Bevatten kleppen
- Lymfe komt via lymfeknopen in de bloedbaan



Bron: <https://gezondheidsplein.nl>

Essity Internal



Bron: <https://voetenenkelklacht.nl/voetklachten/lymfoedeem>

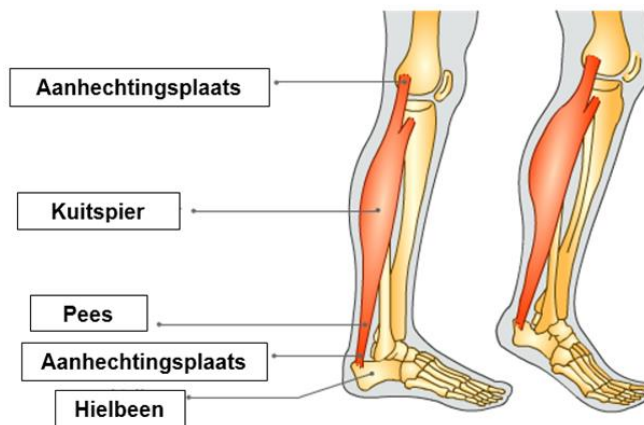


Bron : <https://www.hierhekipijn.nl/>



De kuitspieroep

- Krachtige spier om bloed naar boven te pompen



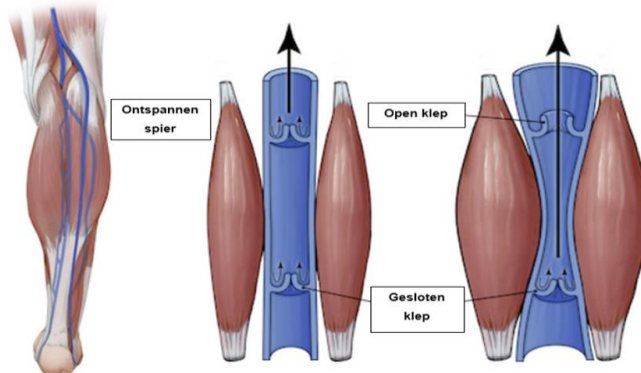
Bron: <https://studiobiologie.nl>

Essity Internal



Werking van de kuitspierpomp

- Spier wordt korter en dikker en duwt op de aders
- Kleppen verhinderen terugstroom bloed
- Na samendrukken heeft men lagere druk en wordt bloed aangezogen
- Mechanisme → zuig/perspomp

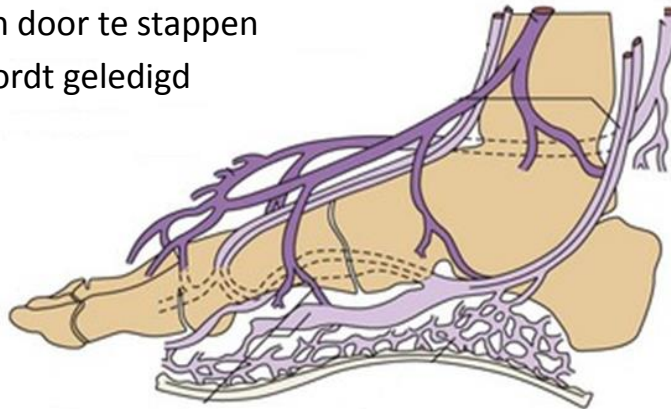


Bron: <https://main.lexmedicus.com.au>

Essity Internal

Voetspierpomp

- Voet bevat groot kluwen aan aders met veel vertakkingen
- Grote spons die heel wat bloed kan opvangen
- Activeren door te stappen
- Spons wordt geledigd

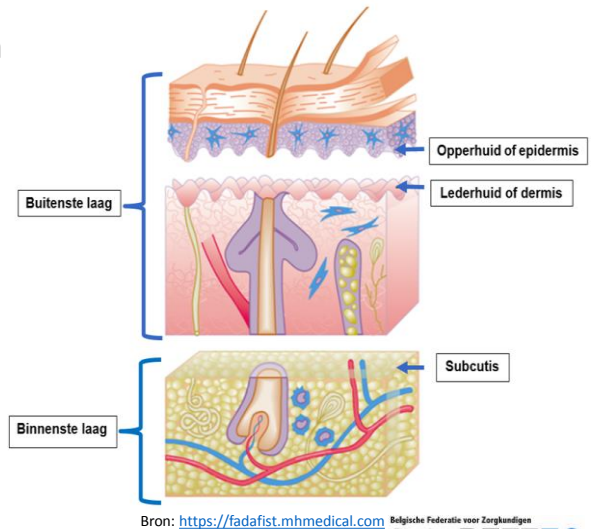
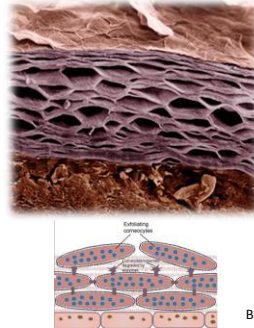
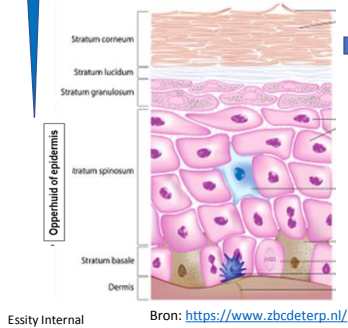


Bron: <https://clinicalgate.com>

Essity Internal

De huid

- Grootste orgaan van lichaam
- Belangrijke beschermingsfunctie tegen
 - bacteriën
 - mechanische beschadiging
 - UV-straling
- **Huid hydrateren indien te droog!**



Bron: <https://www.verywellhealth.com/>



ZIEKTEBEELD

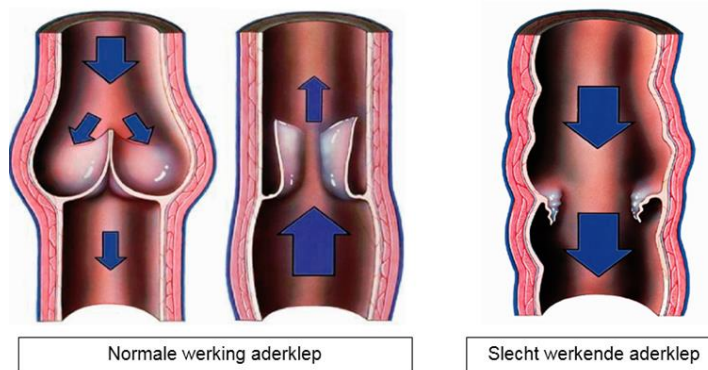


Essity Internal



Ontstaansmechanisme onderbeen zweer

- Chronisch slecht werkende aders kunnen leiden tot beenzweren
- Slechte aderklepfunctie
- Slechte afvoer van bloed naar diepe ader



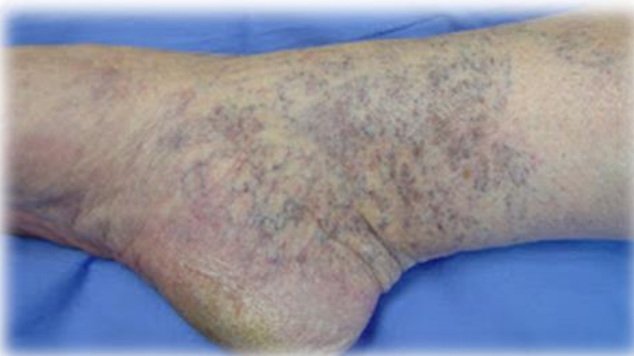
Essity Internal

Bron: Essity™, met toestemming

Belgische Federatie voor Zorgkandiden
BEFEZO
 www.befezo.be

Tekenen van slecht werkende aderklepfunctie

- Aders zwellen door verhoogde druk in aders
- Hoogste druk ter hoogte van voet aan binnenenkel
- **Observatie:** kluwen van spataders (takkenbossenaders)



<http://avisvascularcentre.com/varicose-veins-dangerous/>

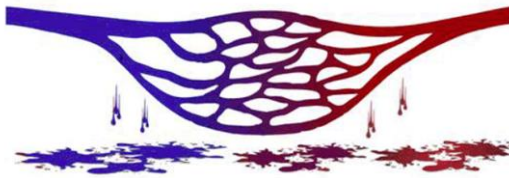
Bron: <http://apvascular.blogspot.com/2012/05/corona-phlebectatica.html>

Essity Internal

Belgische Federatie voor Zorgkandiden
BEFEZO
 www.befezo.be

Tekenen van slecht werkende aderklepfunctie

- Bij stilstand van bloed in de onderbenen → lekkage via haarvaten
- Vochofophoping in onderste huidlagen → oedeem
- **Observatie:** putjesoedeem



Bron: <https://www.lidliftgoggle.com>



Bron: <https://en.wikipedia.org/wiki/Edema#/media/File:Combinpedal.jpg>

Essity Internal



Tekenen van slecht werkende aderklepfunctie

- Door uitzetten van de haarvaten typische huiduitslag
- Spatadereczeem
- Dit gaat jeuken en men krabt huid kapot
- Kleine verwondingen kunnen leiden tot beenzweer
- **Observatie:** Huiduitslag en krabletsels



Bron: Dekkers Corien Verpleegkundig specialist Amphia Ziekenhuis Breda

Essity Internal



Tekenen van slecht werkende aderklepfunctie

- Lekkage RBC uit haarvaten
- Acuut → **Observatie:** verkleuring is rood-paars
- Chronisch → **Observatie:** bruinverkleuring door ijzer die vrijkomt aan de lucht



Essity Internal

Bron: <https://www.dermnetnz.org/topics/lipodermatosclerosis/>Bron: <https://www.huidziekten.nl/>

Belgische Federatie voor Zorgkundigen
BEFEZO
 www.befezo.be

Tekenen van slecht werkende aderklepfunctie

- Lekkage van onderhuids vocht dat blijft aanhouden
- Acuut → **Observatie:** huid rood ontstoken

Bron: <https://aimed.net.au/2016/08/16/is-it-cellulitis-the-case-of-itchy-red-legs/>

Essity Internal

Belgische Federatie voor Zorgkundigen
BEFEZO
 www.befezo.be

Tekenen van slecht werkende aderklepfunctie

- Lekkage van onderhuids vocht dat blijft aanhouden
- Verharding van de huid met blijvend verlies elasticiteit
- Chronisch → **Observatie:** blijvend verlies elasticiteit, champagneflesbenen



Bron: <https://www.huidziekten.nl/afbeeldingen/lipodermatosclerosis-3.jpg>

Essity Internal



Tekenen van slecht werkende aderklepfunctie

- Wit onderhuids littekenweefsel (Atrofie Blanche)
- Onderhuid verdwenen
- Kwetsbare huid
- **Observatie:** Witte zones frequent aan binnenenkel



Bron: <https://www.huidziekten.nl/flebologie/afbeeldingen/atrophie-blanche-2.jpg>

Essity Internal



Tekenen van slecht werkende aderklepfunctie

- Laatste stadium beenzweer (ulcus cruris)
- Gespecialiseerde wondzorg in combinatie met compressietherapie
- **Observatie:** beenzweer frequent ter hoogte binnenenkel



Essity Internal

Bron: Essity met goedkeuring



COMPRESSIETHERAPIE



Essity Internal



Drie belangrijke pijlers



Huidzorg



Compressie



Mobilisatie



Essity Internal

Wanneer compressietherapie?

- Na grondig onderzoek vanwege arts of vaatchirurg
- Enkel bij problemen klepfunctie van de aders!
- Kan gevaarlijk zijn bij verkeerd toepassen!
- Er gaan meerdere onderzoeken aan vooraf
- EAI is belangrijke parameter.



Systolische bloeddruk enkel

Systolische bloeddruk van de arm

= EAI

Essity Internal

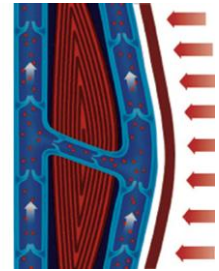
Definitie

- Samendrukken van deel van lichaam door middel van mechanische beïnvloeding
- Bepaalde druk wordt uitgeoefend op weefsel
- Bij medische compressie door middel van een kous of zwachtel
- Compressie is een continue, elastische herstelkracht door een materiaal dat elastisch oppervlakkige druk uitoefent
- De druk wordt uitgedrukt in mmHg



Bron: Essity™, met toestemming

Essity Internal

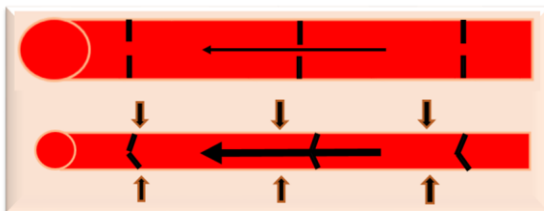


Bron: Essity™, met toestemming



Doel van compressietherapie

- Oedeem snel en blijvend opheffen
- Bloed- en lymfestroom versnellen
- Functie kapotte kleppen in de aders ondersteunen
- Functie spierpomp verbeteren



Bron: <https://www.famme.nl/>

Essity Internal



Soorten compressietherapie

- Compressiekousen
- Elastische zwachtels met korte rek
- Elastische zwachtels met lange rek
- Multi-layer compressietherapie



Bron: Essity™, met toestemming

Essity Internal

Belgische Federatie voor Zorgkondigen
BEFEZO
www.befezo.be

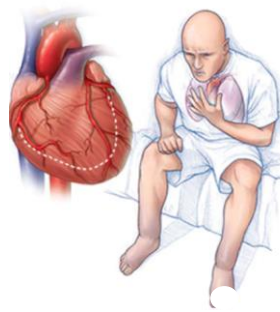
Voorafgaand grondig onderzoek

- Op voorschrift van de arts
- Grondig voorafgaand medisch onderzoek
- Mag niet bij elke zorgvrager!
- Vb. ZV met ernstige vernauwingen slagaders, hartfalen, ernstige neuropathie, ...



Bron: <https://bjgp.org/content/64/623/316>

Essity Internal



Bron: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/heart-failure/symptoms-causes/syc-20373142>

Belgische Federatie voor Zorgkondigen
BEFEZO
www.befezo.be

Compressiezwachtels



Comprilan
BSN Medical



Rosidal K
Lohmann & Rauscher



SoftCompress
Juzo



Lenkelast
Lohmann & Rauscher



Dauerbinde K
Lohmann & Rauscher



LoPress
Hartmann



BiaForm
BiaCare



Durelast
Lohmann & Rauscher



Compridur
Bron: Essity met toestemming



Tensopress K
Bron: Essity met toestemming

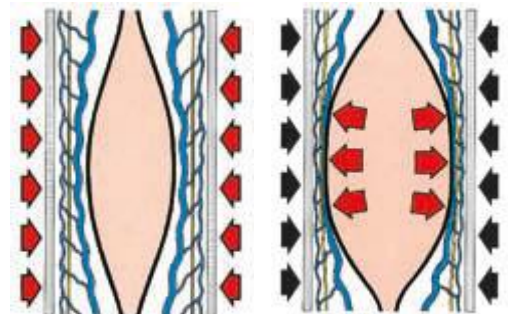
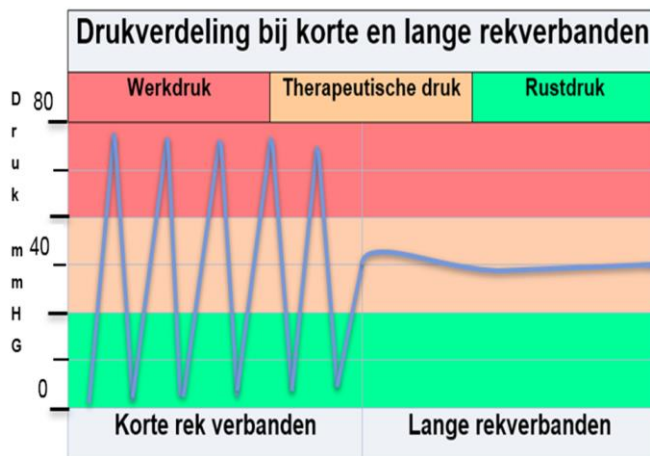


Essity Internal

Bron: <https://www.lymphedemaproducts.com/products/medium-stretch-bandages.html>

Rustdruk versus werkdruk bij zwachtels

- **Rustdruk:** continue druk op de huid door verband als kuitspierpomp in rust is
- **Werkdruk:** druk opgebouwd van binnen naar buiten als kuitspierpomp actief is



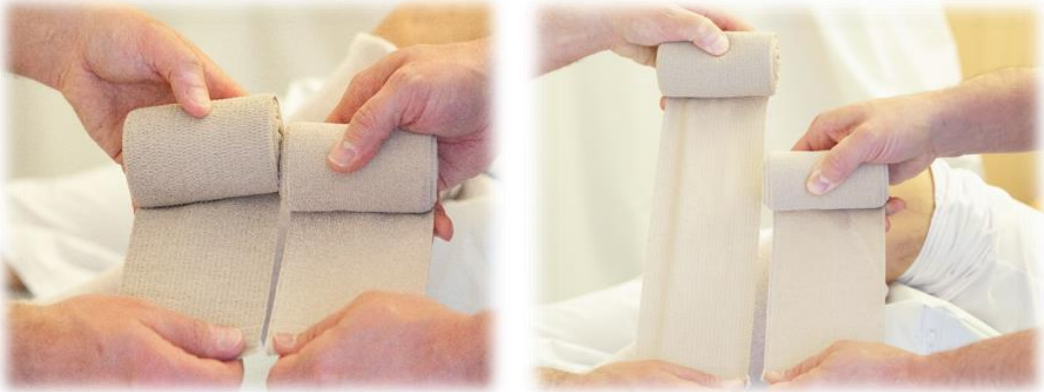
Bron: Essity TM, met toestemming



Essity Interna

Soorten elastische zwachtels

- zwachtels met lange rek of langerekzwachtels (elastisch)
- zwachtels met korte rek of korterekzwachtels (niet elastisch)



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Langerekzwachtels

- Rekken meer dan 100 % uit
- Lage stijfheid
- Risico insnoeren verband bij ondeskundigheid → onaangenaam gevoel
- Minder therapietrouw door ongemakken
- Hogere risico op complicaties
- **Moeten steeds verwijderd worden 's avonds!**
- Experts raden gebruik af!

Bron: <https://www.amazon.com/>

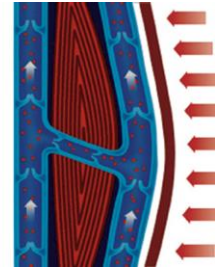
Bron: Essity met toestemming

Essity Internal



Korterekzwachtels

- Rekbaarheid amper 10 %
- Krachtige compressie als kuitspier actief is
- Hoge arbeidsdruk versus lage rustdruk
- Kuitspier druk tegen korterekzwachtel
- Oppervlakkige aders worden samengedrukt
- Verbindingsaders en diepe aders vernauwen → bloed stroomt beter terug



Bron: Essity met toestemming



Bron: Essity met toestemming



Bron: <https://www.performancehealth.com/>

Essity Internal

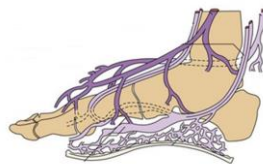


Korterekzwachtels

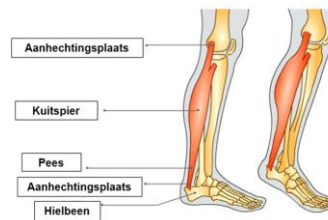
- Moeten 's avonds niet verwijderd worden indien "evidence based" aangelegd
- Mogen meerdere dagen ter plaatse blijven indien "evidence based" aangelegd
 - Wel afhankelijk van ernst van oedeem!
- Heel efficiënt bij mobiele zorgvragers
- Bij immobiele zorgvragers die tenen en/of voet- en kuitspier kunnen bewegen



Essity Internal



Bron: <https://clinicalgate.com>



Bron: <https://studiobiologie.nl>



Onderhoud van compressiezwachtels

- Na gebruik strak oprollen voor behoud elasticiteit
- Haakjes om opgerold verband te fixeren
- **Zwachtel nooit fixeren met haakjes rond het been!**
- Gebruik kleefpleister



Essity Internal

Belgische Federatie voor Zorgkundigen
BEFEZO
 www.befezo.be

Mogelijke problemen bij compressietherapie

- **Observatie en rapportage héél belangrijk!**
- De meest voorkomende problemen zijn:
 - Pijn
 - Drukletsel
 - Verminderde beweeglijkheid van de kuitspier
 - huidproblemen



<https://www.123rf.com/clipart-vector/>

Essity Internal

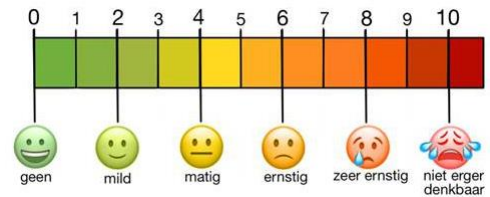
Belgische Federatie voor Zorgkundigen
BEFEZO
 www.befezo.be

Pijn

- Alarmeer de verpleegkundige!
- Rapporteer ernst pijn in zorgplan!
- Belangrijke factor in therapietrouw
- Opkomend drukletsel?
- Afsnoeren van slagaders?
- Observatie:
 - Drukpunten t.h.v. bot observeren
 - Kleur van de huid



<https://www.openpr.com/>



<https://www.frohon.nl/richtlijnen/pijnschaal-frohon/>

Essity Internal



Drukletsels

- Controle op drukletsels is belangrijk!
- Dunne huid bij botuitsteeksels risicoplaatsen
- Steeds controle na verwijderen verband



Essity Internal



Drukletsels

- Bij minste risico op drukletsels moet men beschermen met polstering
- Nooit verband te strak aanleggen
- Hoek 90° respecteren
- Letsels kunnen snel ontstaan



Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal



Bron: Essity TM, met toestemming



Verminderde beweeglijkheid

- Kuitspier en voetspier moet vrij kunnen bewegen!
- Afrollen van tenen en voet bij stappen belangrijk
- Enkelgewricht moet vrij kunnen bewegen
- Maximale werking kuitspier- en voetspierpomp
- Teenlijn moet vrij blijven bij zwachtelen
- Niet te strak aanspannen



<https://www.bronkbv.nl/algemeen/voet-klachtenwijzer>



Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal



Huidproblemen

Insnoeren van compressiezwachtels

- Geen gelijkmatige druk
- Leidt tot extra verwondingen door scherpe randen van zwachtel
- **Steeds gebruik maken van buisverband!**
- Zwachtels afrollen op buisverband



Bron: Essity TM, met toestemming



Bron: BEFEZO met toestemming



Essity Internal

Huidproblemen

Insnoeren van compressiezwachtels

- Buisverband voorkomt dat zwachtels afglijden
- Verband van onder naar boven goed aan drukken



Bron: Essity TM, met toestemming



Essity Internal

Huidproblemen

Insnoeren van compressiezwachtels

- Te strak aanleggen kan leiden tot afsnoering bloedvaten
- Observatie → tenen verkleuren blauw



Bron: BEFEZO met toestemming

Essity Internal



Huidproblemen

Wrijvingsletsels

- Zonder gebruik buisverband meer kans op wrijvingsletsels
- Nooit rechtstreeks op huid aanbrengen



Bron: <http://purwanto.biz/blog/kitchen-remodeling-safety-tips-you-need-to-know/>



Bron: Essity TM, met toestemming.

Essity Internal



Huidproblemen

Allergie

- Zonder gebruik buisverband meer kans op allergie
- Nooit rechtstreeks op huid aanbrengen
- Materiaal van andere leverancier



Bron: BEFEZO met toestemming



Bron: Essity TM, met toestemming.

Essity Internal



Huidproblemen

Oedeem

- Voorvoet en tenen door verkeerd zwachtelen
- Foutief aangelegde zwachtel voorbij de teenlijn
- Risico op insnoering en verwonding huid



Bron: BEFEZO met toestemming

Essity Internal



VERZORGING VAN DE HUID

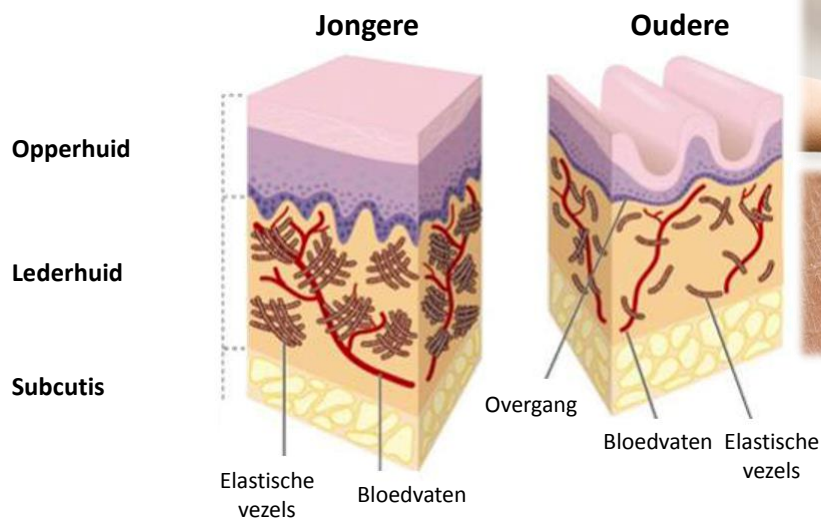


Essity Internal

<http://www.centralcoastlavender.com/blog/fabulous-feet-skin-care-and-foot-care-secrets-for-a-beautiful-sandalready-summer/>



Huid van ouderen



<https://nutriwaysnow.com/hydrolyzed-collagen/>

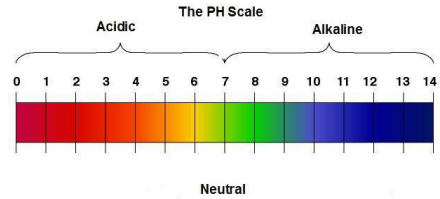
Essity Internal



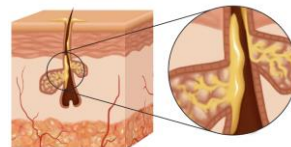
Verzorging van de huid

- **Gewone zepen beschadigen de huid!**

- Normale zuurtegraad pH 4,5 à 5,7
- Heel wat zeppen pH 7 à 12
- Beschadigen de natuurlijke barrière
- Drogen de huid verder uit
- Bacteriën dringen makkelijker door de huid
- Droge huid jeukt en men gaat krabben met verwondingen tot gevolg



Bron: <http://royaltreeco.com/how-to-control-soil-ph-levels/>



Bron: <https://www.acne.org/>

Essity Internal

Bron: <http://www.wisegeek.net/what-are-the-most-common-causes-of-dry-skin.htm>



Verzorging van de huid

- **Goede huidzorg is van groot belang!**
- Gebruik weinig huid neutrale zeep
- Vermijd wrijven en schuren op de huid!
- Huid droog deppen
- Verzorgend wassen geniet voorkeur
- Geen voetbaden!



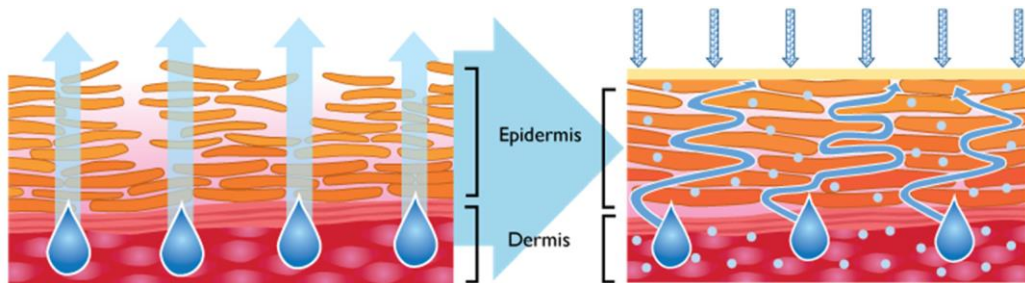
Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal



Hydrateren van de huid

- Gebruik snel inwerkende hydraterende crème
- Na verwijderen en voor aanbrengen compressietherapie
- Strijk in de richting van de haargroei
- Geen producten die dikke vetlaag achterlaten



Essity Internal

Belgische Federatie voor Zorgkundigen
BEFEZO
www.befezo.be

Didactisch filmpje huidverzorging

Oefentherapie



Bron: <https://logoantwerpen.be/content/inspiratiedag-bewegen-als-vanzelfsprekend-onderdeel-het-dagelijks-leven-van-ouderen>



Essity Internal

Eenvoudige oefeningen

- Op en neer duwen van de tenen



Bron: <https://www.besenreiser-krampfaderfrei.de/service/tipps-venentraining/>



Essity Internal

Eenvoudige oefeningen

- Op en neer bewegen van de tenen



Bron: <https://www.besenreiser-krampfaderfrei.de/service/tipps-venentraining/>

Essity Internal



Eenvoudige oefeningen

- Tikken met de hiel en de teen op de grond



Bron: <https://www.besenreiser-krampfaderfrei.de/service/tipps-venentraining/>

Essity Internal



Eenvoudige oefeningen

- Cirkelvormige bewegingen met de voeten



Bron: <https://www.besenreiser-krampfaderfrei.de/service/tipps-venentraining/>

Essity Internal



Polstering bij elastische zwachtels



Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal



Polstering bij elastische zwachtels

- Grondige controle van de drukpunten
- Bij risico polstermateriaal aanbrengen!
- Controle op holtes
- Holtes opvullen voor evenredige drukverdeling
- Steeds niet-elastisch buisverband aanbrengen
 - Voorkomen van schade door insnoering
 - Zorgt dat verband beter te plaatse blijft



Bron: Essity TM, met toestemming



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Bron: Essity TM, met toestemming



Polstering enkelknobbels en achillespeesholte



Essity Internal



Polstering enkelknobbels en achillespeesbolte



Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal



Polstering wreef van de voet



Bron: <https://www.fysiotransparant.nl/page/394/bot-tarsal-boss>
 Bron: <https://voetenenkelklacht.nl/voetklachten/voetwortelartrose>

Essity Internal



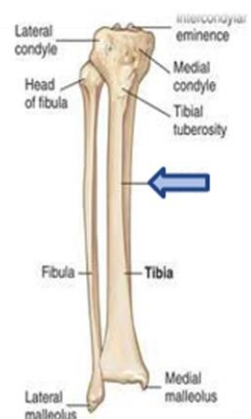
Polstering wreef van de voet



Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal

Polstering van scheenbeenkam



Bron: <https://www.aafp.org/afp/2018/0715/p107.html>

Bron: <https://medical-dictionary.thefreedictionary.com/tibiae>

Essity Internal

Opvullen holte scheenbeenkam



Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal

Belgische Federatie voor Zorgkundigen
BEFEZO
www.befezo.be

Beschermen scherpe scheenbeenkam



Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal

Belgische Federatie voor Zorgkundigen
BEFEZO
www.befezo.be

Technieken korterekzwachtels



Bron: Essity TM, met toestemming



Bron: <https://www.bandagesplus.com/lopress>



Bron: <https://www.amazon.com/>

Essity Internal



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Steeds twee korterekzwachtels
- Eerste zwachtel in wijzerzin en tweede zwachtel tegenovergesteld



- Werk circulair naar boven toe
- Gelijmatige druk met lichte spanning
- Verband dicht tegen de huid houden
- **Zwachtelen voor zorgvrager uit bed komt 's morgens!**
- Ook wel niet elastische zwachtel genoemd



<https://www.proprofs.com/>

Essity Internal



Benodigdheden



Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Leg een niet-elastisch buisverband met eventueel polstering



Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Leg een niet-elastisch buisverband met eventueel polstering



Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal



Circulaire techniek korterekzwachtels

- **Plaats de voet van de zorgvrager in een hoek van 90°!**
- Dit is belangrijk om plooiën te vermijden.



Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Kijk bij het zwachtelen steeds in de rol van het verband
- Hou de slip van het verband naar onderen gericht



Bron: Essity TM, met toestemming

Circulaire techniek korterekzwachtels

- Start halfweg de onderzijde van de voet
- Volg de teenlijn bovenaan als onderaan de voet.
- Er mag geen huid van de voorvoet meer zichtbaar zijn.



Bron: Essity TM, met toestemming

Circulaire techniek korterekzwachtels

- Zwachtel voorvoet nogmaals om zwachtel te fixeren.
 - Afhankelijk van de lengte eventueel eenmaal extra rondom de voet zwachtelen.
- Gelijkmatische en voldoende spanning op het verband geven.
- Hou de rol hierbij dicht tegen de huid.



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming

Belgische Federatie voor Zorgkundigen
BEFEZO
www.befezo.be

Circulaire techniek korterekzwachtels

- Overlap hierna een derde van de hiel en twee derde van de achillespees.
- Vermijd plooien en strijk eventuele plooien glad.



Bron: Essity TM, met toestemming

Essity Internal

Belgische Federatie voor Zorgkundigen
BEFEZO
www.befezo.be

Circulaire techniek korterekzwachtels

- Daarna doe je het omgekeerd: twee derde van voet en een derde van hiel.



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Zwachtel nog eenmaal rond de enkel.



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Rol verband verder circulair af.
- Overlap zwachtel met 50% in circulaire omslagen naar boven toe.



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Eindig 2 vingers onder de knieholte.



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Fixeer het verband met twee of drie stroken kleefpleister.



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Plooi uiteinden buisverband wat om aan knie en voet.
- Strijk glad om plooien te vermijden.



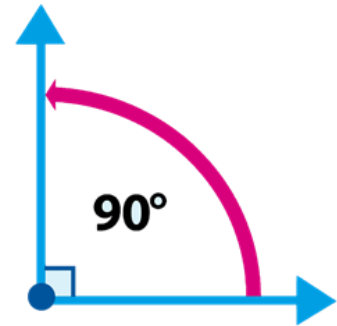
Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Plaats de voet opnieuw in 90°!



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Neem tweede zwachtel en herhaal deze stappen in tegengestelde draairichting.
- Start opnieuw onderaan de voet, over de wreef, en volg goed de teenlijn zowel bovenaan als onderaan de voet.



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Zwachtel voorvoet nogmaals om zwachtel te fixeren.
 - Afhankelijk van de lengte eventueel eenmaal extra rondom de voet zwachtelen.
- Gelijkmatische en voldoende spanning op het verband geven.
- Hou de rol hierbij dicht tegen de huid.



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Overlap daarna een derde van hiel en twee derde van achillespees.
- Vermijd plooien en strijk plooien glad.



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Daarna doe je het omgekeerd: twee derde van voet overlappen en een derde van hiel.



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Zwachtel nog eenmaal rond de enkel.



Essity Internal

Bron: Essity TM, met toestemming



Circulaire techniek korterekzwachtels

- Rol verband verder circulair af.
- Overlap zwachtel met 50% in circulaire omslagen naar boven toe.
- Eindig 2 vingers onder de knieholte



Bron: Essity TM, met toestemming

Circulaire techniek korterekzwachtels

- Fixeer verband met twee of drie stroken kleefpleister.
- Druk verband over ganse lengte goed aan om gelijke drukverdeling te bekomen.



Bron: Essity TM, met toestemming

Didactische film circulaire techniek

Didactische film Püttermethode

Technieken langerekzwachtel



Bron: Essity TM, met toestemming



Bron: <https://www.amazon.com/>

Essity Internal



Techniek langerekverbanden

- Pleidooi van gerenommeerde vaatchirurgen stop gebruik lange rek!
- Wondzorgexperten voeren zelfde pleidooi!
- Minder efficiënt en meer complicaties
- Enkel bij volledig immobiele zorgvragers die kuitspier niet meer gebruiken?
- Korte rek even efficiënt volgens experts, ook bij immobiele zorgvragers
- Nooit bij mobiele zorgvragers of indien kuitspierpomp nog werkt
- Slechts één zwachtel nodig
- Men gebruikt hiervoor de circulaire methode
- **STEEDS VERWIJDEREN VOOR SLAPENGAAN!**

Essity Internal



Wat moet ik onthouden?

- Goede huidzorg is belangrijk voor veneuze insufficiëntie
- Gebruik snel inwerkende hydraterende crème
- Gebruik steeds een buisverband bij zwachtelen
- Gebruik bij voorkeur korterekverbanden
- Heb aandacht voor drukplaatsen en polster indien nodig
- Stimuleer bewegingen met de voet
- Activeer de kuitspierpomp ook bij minder mobiele zorgvragers



Essity Internal



**Today you will
leave this training
session and you
will do things
differently!**



Essity Internal



Bronnen

- *Beweging tut den venen immer gut.* (2019, april 8). Opgehaald van Besenreiser-Krampfader frei: <https://www.besenreiser-krampfaderfrei.de/service/tipps-venentraining/venenfit-mit-venentraining/>
- Christine, M. (2007). *Compression therapy in practice.* UK Aberdeen: Wounds UK.
- *Compressie-therapie.nl*. (2019, maart 23). Opgehaald van Compressie-therapie.nl: <http://www.compressie-therapie.nl/content/index.php/pathofysiologie/80-de-veneuze-retour>
- European Wound Management Association EWMA. (2003). *Position document understanding compression therapy.* London: EWMA.
- Flanagan, M. (2013). Wound Healing and skin Integrity. In M. Flanagan, *Wound Healing and Skin Integrity* (pp. 154-156). West Sussex UK: John Wiley & Sons.
- *Gezondheidsplein*. (2019, maart 23). Opgehaald van Gezondheidsplein: <https://www.gezondheidsplein.nl/>
- Groven, M. F., & et. a. (2017). How does washing without water perform compared to the traditional bed bath: a systematic review. *BMC Geriatrics*, 17:31.
- Harding, K. (2008). Principles of best practice: Compression in venous leg ulcers. A consensus document. London: World Union of Wound Healing Societies.
- *IKNOWLEDGE*. (2019, maart 23). Opgehaald van Anatomie: <https://clinicalgate.com/anatomy-2/>
- Joseph Mc Culloch, L. K. (2010). *Woundhealing*. Philadelphia: FA Davis.
- *Kenniscentrum vaatchirurgie*. (2019, maart 23). Opgehaald van Kenniscentrum vaatchirurgie: <https://vaatchirurgie.slingeland.nl/kenniscentrum/Algemene-informatie/Anatomie-aderlijk-systeem/1051/1287>
- *Lex Medicus*. (2019, maart 23). Opgehaald van Femur knee lower leg anatomy: <http://anatomy.lexmedicus.com.au/pathologies/knee>
- *Medi*. (2019, maart 23). Opgehaald van Calf muscle pump: <https://www.medi.de/en/health/the-body/calf-muscle-pump/>
- Moffatt, C. a. (2004). Prevalence of leg ulceration in a London population. *Quarterly Journal of medicine*, 97: 431-473.
- Mosti, G., & Partsch, H. (2010, oktober). Inelastic bandages maintain their hemodynamic effectiveness over time despite significant pressure loss. *Journal of Vascular Surgery*, 925-31. Opgeroepen op mei 5, 2019, van <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20620002>
- Mosti, G., V., M., & Partsch, H. (2008). Inelastic compression increases venous ejection fraction more than elastic bandages in patients with superficial venous reflux. *Phlebology*, 287-94. Opgeroepen op mei 5, 2019, van <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19029009>
- Negus, D. (1991). In N. D., *Historical backround in leg ulcers apractical approach to management.* (pp. 3-10). Oxford: Butterworth-Heinemann.
- *NHG Nederlands Huisartsen Genootschap*. (2019, april 1). Opgehaald van NHG-Standaard Varices: <https://www.nhg.org/?mp-no-mobile=1&q=node/3521#idp37011616>
- Orr, L., Klement, A. K., Laura, M., Drombolis, O. D., Houghton, P. E., Spaulding, S., & Burke, S. (2019, april 8). Een systematische review en meta-analyse van inspanningsinterventie voor de behandeling van kuitpompstoornissen bij personen met chronische veneuze insufficiëntie. Opgehaald van Wound Management and prevention: <https://www.o-wm.com/article/systematic-review-and-meta-analysis-exercise-intervention-treatment-calf-muscle-pump>
- Partsch, H., Menzinger, G., & Mostbeck, A. (1999, september 25). Inelastic leg compression is more effective to reduce deep venous refluxes than elastic bandages. *Dermatologic Surgery*, 695-700. Opgeroepen op mei 5, 2019, van <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10491059>
- *Praktische tips bij therapeutisch elastische kousen*. (2019, april 1). Opgehaald van Huidzorg Huid- en oedeemtherapie: <https://www.huidzorg.com/therapeutische-elastische-kousen/praktische-tips-bij-therapeutisch-elastische-kousen/>
- *RIZIV Rijksinstituut voor ziekte- en invaliditeitsverzekering*. (2019, april 1). Opgehaald van Tegemoetkoming in de prijs van steunkousen: <https://www.riziv.fgov.be/nl/themas/kost-terugbetaling/door-ziekenfonds/individuele-verzorging/Paginas/tegemoetkoming-prijs-steunkousen.aspx>
- *Studiobiologie*. (2019, maart 23). Opgehaald van Biologie lesmateriaal voor het voortgezet onderwijs: https://www.studiobiologie.nl/KB1/K08_Q3/uitleg4.html
- *Venous leg ulcers: evidence review*. (2019, maart 1). Opgehaald van Evidently Cochrane: <http://www.evidentlycochrane.net/>
- Essity International, D. (2018). The effect of washing and drying. Practices on skin barrier function. *J Wound Ostomy Continence Nursing*, 35(1):84-90.