



AZ Voorkempen

algemeen ziekenhuis
emmaüs



**Compressie-
therapie**

Inhoud

1. Wat is compressietherapie?.....	4
2. Korte rek en lange rek.....	4
3. Hoe windelen met korte rek?.....	5
4. Hoe windelen met lange rek?.....	7
5. Aandachtspunten.....	7
6. Contactgegevens bij vragen.....	8
7. Persoonlijke notities.....	8

1. Wat is compressietherapie?

Compressietherapie is een drukbehandeling bestaande uit windels. Deze windels gaan er voor zorgen dat insufficiënte bloedvaten worden ondersteund in hun functie om de veneuze en lymfatische circulatie van de extremiteiten te verbeteren door externe druk toe te passen. Hierdoor gaat het vocht uit de weefsels treden en wordt de opname van lymfevocht in de lymfebanen gestimuleerd om het vocht voldoende te kunnen afvoeren.

Deze therapie wordt hoofdzakelijk toegepast bij:

- Veneuze ulcus (Ulcus Cruris)
- Chronische veneuze insufficiëntie
- Postoperatief na varicesingreep
- Diep veneuze trombose
- Lymfoedeem
- Erysipelas
- Posttraumatisch Oedeem

De contra-indicaties voor compressietherapie zijn:

- Ernstige arteriële insufficiëntie
- Ernstige polyneuropathie
- Totaal afgesloten diep veneus systeem
- Allergie van het compressiemateriaal

De behandeling met compressietherapie wordt gestart indien een patiënt bijvoorbeeld veneuze insufficiëntie heeft (zie bovenstaande indicaties). Dit kan gaan over een verminderde werking van de kleppen in de bloedvaten die er voor moeten zorgen dat het bloed en het lymfevocht terug naar het hart worden gepompt. Namelijk de veneuze retour stimuleren door compressie. Als het vocht niet meer voldoende naar het hart kan worden gepompt kan er oedeem ontstaan wat kan leiden tot wonden die spontaan ontstaan en heel moeilijk te genezen zijn.

2. Korte rek en lange rek

De **korte rek** heeft een lage rustdruk en een hoge arbeidsdruk. Dit gaat zorgen dat de spierfunctie wordt ondersteund door een masserend effect te creëren **bij het bewegen**. Dergelijke stimulatie zorgt voor een betere werking van de kleppen in de bloedvaten, wat resulteert in een betere veneuze retour naar het hart. Dergelijke windels mogen dag en nacht ter plaatsen blijven.

De **lange rek** heeft een hoge rustdruk en een lage arbeidsdruk. Patiënten die immobiel zijn, en waar er veneuze problematiek is of een risico aanwezig is om een diep veneuze trombose te ontwikkelen, wordt er ook gestart met windelen. Hiervoor zijn andere windels nodig die **in rust de compressie kunnen toepassen**. Dergelijke windels moeten 's avonds voor het slapengaan worden verwijderd.

3. Hoe windelen met korte rek?

Benodigheden

Om te starten met korte rekwindels heb je volgende materialen nodig:

- Hydraterende crème



- Buisverband: wordt voornamelijk gebruikt om het been te beschermen tegen de windels. Indien een wonde aanwezig is, kan het verband gefixeerd worden.



- Wattenwindels: met deze windels ga je polsteren. Zorg voor een mooie ronde buis, zodat de druk over het ganse been even groot is.



- Korte rek windels (2x)



Voorbereiding

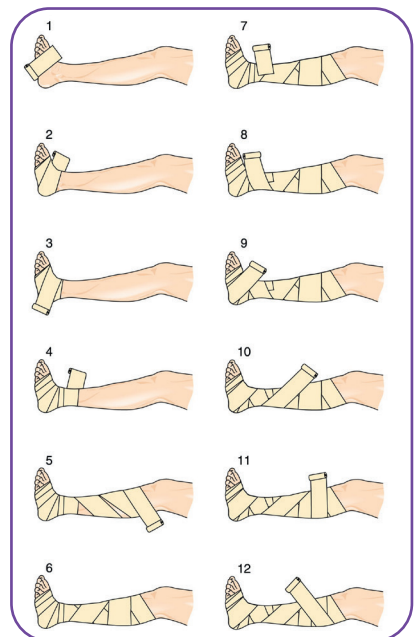
- Na het wassen van de voeten en het been wordt het been ingesmeerd met een hydraterende crème.
- Het buisverband wordt afgemeten door de lengte van de voet tot aan de knie te verdubbelen.
- De wattenwindels worden aangebracht om een mooie ronde buis te creëren, zodat de druk over het ganse been even groot is. Eens de watten gewindeld zijn, kunnen de overige stukken buisverband over de watten worden gelegd om deze te fixeren. Dit gebeurt ook ter hoogte van de teenbasis.

Windeltechniek

- Bij de start van de windeltechniek hou je je voet in 90°.
- Neem de windel op een juiste manier vast, zie hieronder.



- Start met windelen ter hoogte van de teenbasis.
- Draai de windel twee keer rond de voetbasis om de windel goed te fixeren.
- Windel tot 1/3 over de hiel vanaf de voet.
- Windel tot 2/3 over de hiel vanaf de voet.
- Eens je voorbij de enkel bent, windel je circulair naar boven. Hierbij is het belangrijk om de windel te volgen en niet te veel het been te willen bedekken. Wanneer je tot twee vingers onder de knie komt, windel je terug gedeeltelijk naar beneden.
- Fixeer de windel met een papieren pleister (stap 6).
- De tweede windel breng je in tegenovergestelde richting aan (vanaf stap 7).



4. Hoe windelen met lange rek?

Benodigheden

Om te starten met lange rek heb je volgende materialen nodig:

- Hydraterende crème: dezelfde verzorging als bij de korte rek



- Standaard windel, zoals de Stella® Crepe windel: beschermt het been.



- Lange rek windel



Windel techniek

Deze windeltechniek is dezelfde als bij de korte rek windel, maar je gebruikt maar één windel doordat het been beschermd wordt met een gewone windel. Deze standaard windel moet je ook windelen vanaf de tenen tot twee vingers onder de knie. Probeer zo weinig mogelijk overlap te verkrijgen bij het windelen.

5. Aandachtspunten

- De windels mogen niet tot in de knieholte aangebracht worden. Dit kan ervoor zorgen dat de bloedtoevoer belemmerd wordt.
- Het is niet gemakkelijk om de juiste druk te leggen bij het windelen. Een te grote druk is uit den boze. Dit zorgt immers voor de belemmering van de bloedstroom en kan zorgen voor:
 - » Pijn.
 - » Blauwe verkleuring van de tenen. Dit kan bij bewegen weggaan. Verkleuren de tenen wit, dan is er een probleem met de doorbloeding en moeten de windels per direct verwijderd worden.
 - » Achteruitgang wonde.

- Aangelegde windels kunnen uitdroging van de huid met zich meebrengen. Een goede dagelijkse hydratatie is dus vereist. Een buisverband beschermt het been tegen rechtstreeks contact met de windels.
- Als de windels in de ochtend moeten worden aangebracht, gebeurt dit best zo vroeg mogelijk. Bij het rondlopen, zwellen de benen immers op. Als je pas na enkele uren windelt, worden de benen dunner en kunnen de windels gemakkelijk afzakken.

6. Contactgegevens bij vragen

Indien je vragen hebt of meer informatie wenst, kan je steeds contact opnemen met wondzorgverpleegkundige Wouter Van Roy:

- tel. 03 380 23 47
- wouter.van.roy@emmaus.be

Neem ook zeker een kijkje op onze website www.azvoorkempen.be.
Je vindt er meer praktische informatie terug over je ziekenhuisfactuur,
aanmelden en inschrijven in het ziekenhuis, parkeren ...

7. Persoonlijke notities

