

# praktijkaart ZMBR: compressietherapie bij patiënten met een ulcus cruris

versie september 2020 | gebaseerd op de richtlijn veneuze pathologie (2014) door de Nederlandse Vereniging van Dermatologie en Venereologie (NVDV) en Nederlandse Vereniging voor Heelkunde (NVvH)

## ambulante compressietherapie met 2 korte rek zwachtels

Gebruik: als de patiënt dagelijks minimaal 1,5 uur loopt en/of meerdere keren per week moet worden gezwachteld. Neem 2 zwachtels. Leg de eerste aan volgens de onderstaande stappen. Doe dat ook met de tweede, maar in tegengestelde richting. Gebruik alleen polstermateriaal om overmatige druk op uitstekende delen van het been te voorkomen.



1. De zwachtel van binnen naar buiten aanzetten. Voet in 90° positie. De zwachtel enigszins gerekt. Beginnen bij het teengewricht boven op de voet.
2. Tweemaal rond de voet wikkelen, zet het begin vast.
3. De tweede of derde slag 2/3 om de hiel en 1/3 om de hak wikkelen. Span zwachtel aan.
4. Daarna 1/3 om de hiel en 2/3 om hak wikkelen. Span zwachtel aan. Voet steeds in 90° (teen naar de neus).
5. Eén toer om enkel en vervolgens de zwachtel tegen de huid van het been afrollen. Na elke slag de zwachtel uitrekken in de loopprieching van de rol.
6. Hierdoor loopt de zwachtel over de kuit naar vlak onder de knie (circa 2 vingers eronder), daar volgt een circulaire toer. Die niet volledig uitrekken.
7. Door de zwachtel constant tegen de huid gedrukt af te rollen, gaat de zwachtel vervolgens naar beneden...
8. ...en loopt vanzelf weer naar boven. Hier vastzetten met een fixatiepleister.

## meerlaagse compressietherapie

De meerlaagse compressietherapie bestaat uit 2 lagen. De zwachtels moeten 's nachts aanblijven en worden na maximaal 1 week gewisseld. Aanbrengen: zorg er altijd voor dat de voet in een 90° positie staat. Breng de comfortzwachtel aan met de foamzijde op de huid. Breng de comfortzwachtel met net genoeg spanning aan om de vorm van het been te kunnen volgen. De compressiezwachtel is ontwikkeld om onder volledige spanning aan te brengen gedurende de hele procedure. Indien gewenst kun je met minder spanning zwachtelen. Zie voor informatie over het aanbrengen van meerlaagse compressietherapie (bijvoorbeeld COBAN of URGO K2) de bijgevoegde bijsluiters van de firma.

## zwachtelalternatief: therapeutische dubbellaagse compressiekous

De dubbellaagse compressiekous is een dag- en nachtconcept voor de behandeling van ulcus cruris. Dit systeem bestaat uit een onderkous die dag en nacht aanblijft en die het wondverband fixeert. Hier overheen komt een kous voor overdag. Informatie over deze kous staat op de bijsluiters van de firma.

## compressietherapie met 1 lange rek zwachtel

De zwachtel geeft een lage werk- en hoge rustdruk. Omdat lange rek zwachtels voortdurend een veneuze druk geven, moeten ze 's nachts worden verwijderd. Lange rek zwachtel is een éénlaags systeem. Aanbrengen: begin bij de tenen tot 2 vingers onder de knieholte. Kijk IN de rol. Tijdens het aanbrengen licht uitrekken. Bij de voet dezelfde aanbrengmethode als bij de korte rek, aanbrengen zonder polstermateriaal, eventueel wel buisverband gebruiken. Bij het onderbeen de zwachtel geleidelijk aan naar boven afwikkelen, waarbij de volgende slag de helft over de vorige slag komt. Als je ergens in de zwachtel kunt kijken of als de zwachtel afzakt, zit het te los.