INFORMATIE

voor mensen die steunkousen gaan dragen

April 2012

INFORMATIE VOOR MENSEN DIE STEUNKOUSEN GAAN DRAGEN

AANSCHAF VAN STEUNKOUSEN

De weg voor het verkrijgen van steunkousen zal er ongeveer als volgt uitzien:

- Uw arts geeft toestemming voor het dragen van steunkousen.
- Uw arts schrijft een machtiging voor de steunkous en voor een aantrekhulpmiddel.
- Uw been wordt gezwachteld om zijn normale afmeting terug te krijgen. Dit wordt voortgezet tot de steunkous er is.
- U maakt een afspraak om de steunkous aan te laten meten.
- Neem bij uw afspraak machtiging en verzekeringspapieren mee.
- Meestal wordt er eerst één paar geleverd. Als deze goed zit dan volgt een tweede paar steunkousen.
- Lees de voorwaarden van uw zorgverzekeraar voor meer informatie over de vergoeding van steunkous en het hulpmiddel.
- **Bij onduidelijkheid over het hulpmiddel kunt u contact opnemen met uw Omring zorgcoördinator**

VOORWAARDEN VAN OMRING

De medewerker van Omring zal -indien mogelijk- elke cliënt begeleiden om zelfstandig de steunkousen aan- en/of uit te leren trekken met een steunkousenhulpmiddel. Zodat u zo lang mogelijk zelfstandig kunt blijven.

Als u hulp toch hulp nodig heeft van Omring bij het aan- en/of uittrekken van de steunkousen, dient u volgens de voorwaarden van Omring een aan- en/of uittrekhulpmiddel te bezitten. Deze dient aanwezig te zijn als de zorg aanvangt. Het aantrekhulpmiddel is meestal een aantrekkous(easy-slide). Het aan- en/of uittrekhulpmiddel kunt u aanschaffen in de thuiszorgwinkel.

ALS U DE KOUS ONTVANGT

Zodra de steunkous is gearriveerd, is het belangrijk om te controleren of hij goed past. Leg de steunkous eerst langs uw been en kijk of de afmeting van de kous overeenkomt met uw been. Als dit klopt, kunt u de kous aantrekken. Is er iets niet goed – bijvoorbeeld te wijd, te kort, te strak – neem dan direct contact op met uw leverancier.

AANDACHTSPUNTEN BIJ HET AAN- EN UITTREKKEN

- Rek de steunkous niet langer uit dan zij is.
- De steunkous mag nooit worden omgeslagen. De omgeslagen rand geeft te veel druk en knelt af.
- Er mogen geen plooien zitten in de kous.
- Gebruik een aan- en/of uittrekhulpmiddelen.
- De steunkousen moeten altijd uit als u naar bed gaat.
- Trek de steunkousen gelijk aan als u opstaat. Als u te lang wacht kan het zijn dat uw benen wat dikker worden; het aantrekken van de steunkous is dan moeilijker.

VERZORGING VAN DE BENEN

- Wanneer u een tere huid heeft, adviseren wij u een onderkousje (pantykousje met brede band)onder de steunkous te dragen om beschadiging van de huid te voorkomen.
- Onder steunkousen droogt de huid uit, daarom adviseren wij uw benen ‘s avonds in te smeren. Een ongeparfumeerde crème heeft de voorkeur. Uierzalf, olie of vaseline sluit de huid af en lotion droogt juist uit.
- ’s Morgens de benen wassen, zodat het vet eraf is. Vet tast rubber aan zodat de kous elasticiteit verliest. Eucerin mag wel overdag.
- Geen geparfumeerde zeep gebruiken in verband met uitdrogen van de huid.
- Houdt nagels kort zodat u uw steunkous en uw huid niet beschadigd.
- Draag geen knellende schoenen.

PROBLEMEN

Heeft u last van onderstaande problemen aan uw benen:

- roodheid, warmte,pijn
- vochtophoping / dikker worden van been, voet, tenen of knie,
- beschadiging van de huid, wondjes
- neemt u dan contact op met uw zorgcoördinator of huisarts