



Behandling med kompressionsstrømper

- vejledning til borger og pårørende

Denne vejledning supplerer ”Vejledning kompressionsstrømper”, som du har fået udleveret i Kompressionsklinikken.

I vejledningen fra Kompressionsklinikken er beskrevet:

- strømpens funktion
- på- og aftagning af strømperne
- hudpleje
- vask af strømpen.

Denne vejledning beskriver, hvilken behandling du skal følge.

Sådan foregår behandlingen

Sygeplejersken vurderer, hvilken behandling du skal følge. Behandlingen afhænger af årsagen til, at du har behov for kompressionsstrømper. Sygeplejersken vælger den behandling, som virker bedst for netop dig og det, du fejler. Der er 2 forskellige behandlinger, som er beskrevet nedenfor. Sygeplejersken sætter kryds i hvilken behandling, du skal følge.

Du skal sove med kompressionsstrømperne på om natten

Inden du fik bevilliget kompressionsstrømper, blev dine ben nok behandlet med kompressionsbandager, som du havde på hele døgnet i flere døgn ad gangen. På samme vis bør du have kompressionsstrømper på så meget som muligt.

Så snart strømperne tages af, kan anklen og foden begynde at hæve op igen. Vi anbefaler derfor, at kompressionsstrømper beholdes på om natten og kun tages af i forbindelse med bad, hudpleje og tjek af fødderne.

Ved at beholde kompressionsstrømperne på om natten, opnår du en væsentligt bedre effekt af behandlingen. Du undgår hævelse i benene, reducerer uro og smerte i benene samt mindsker risikoen for at få infektion eller bensår. Desuden undgår du besværet med at skulle have strømperne på igen, når du står op om morgenen og du slipper for at være afhængig af andres hjælp til at få strømperne af og på dagligt.

Hypigheden af hjælp til på- og aftagning bliver vurderet under hensyntagen til dit behov for bad, hudpleje og tjek af fødderne. Som udgangspunkt vil det være 2 gange om ugen.

Du må **ikke** sove med kompressionsstrømperne på om natten

Hvis du har følgende sygdomme:

- diabetes
- nedsat følesans i benene
- arterielt betinget ødem



må du IKKE sove med kompressionsstrømperne på om natten. Det betyder, at du skal tage strømperne på om morgenen og tage dem af igen om aftenen, når du går i seng.

Generel vejledning

Hvis du eller dine pårørende ikke selv kan tage kompressionsstrømperne på og af eller bruge et hjælpemiddel, bliver du tilbudt et rehabiliteringsforløb ved en selvhjælpsterapeut fra Aalborg Kommune. Først derefter vurderes det, om du har behov for hjælp til at få kompressionsstrømperne på og af fra hjemmeplejen.

Hvis strømperne føles stramme

- f.eks. om eftermiddagen

- læg benene op, når du sidder ned
- lav venepumpeøvelser, bevæg anklen op og ned eller
- gå en tur

Pas på dine kompressionsstrømper

Du skal skifte mellem dine strømper. Når et par strømper tages af, skal de vaskes. Imens tages et andet par i brug. Følg vaskeanvisningen som beskrevet i vejledningen fra Kompressionsklinikken.

Sygeplejen Aalborg Kommune

Telefontid på hverdage:

kl. 7.30 - 8.00 eller

kl. 14.00 - 15.00

Tlf. 9931 _____