

# **Compressieverband**

bij vocht in benen en/of open been

**Uw behandelend arts heeft u een compressieverband (zwachtelen met druk) voorgeschreven omdat u last van vocht in uw benen en/of een 'open been' heeft. In deze folder krijgt u uitleg over het zwachtelen met druk en enkele tips wat u zelf kunt doen.**

## **Aders en lymfevaten**

Het bloed in slagaders voorziet de spieren, organen en weefsels van zuurstof en voedingsstoffen. Via aders en lymfevaten worden de ontstane afvalproducten afgevoerd. De pompkracht van het hart zorgt ervoor dat het bloed het lichaam wordt ingepompt.

In de benen is een zogenaamde spierpomp aanwezig, die meehelpt om het bloed en lymfevocht terug naar het hart te pompen. Deze spierpomp werkt wanneer de benen bewegen. Naarmate de benen meer bewegen en vooral bij lopen de voet goed afwikkelen, werkt de spierpomp harder om het bloed en lymfevocht terug naar het hart te pompen. Bovendien hebben aderen een kleppensysteem dat ervoor zorgt dat het tegen de zwaartekracht opgestuwde bloed niet terug kan stromen.

## **Vochtvorming in benen en open been**

Als het kleppensysteem in uw aderen niet meer goed sluit, kan het door uw spieren opgestuwde bloed, terugzakken in uw beenaderen. Door de druk van het bloed in uw beenaderen wordt vocht uit deze aderen in het weefsel geperst. U merkt dit door een zwaar gevoel en het 'dikker' worden van uw benen. Het opgehoopte vocht in de benen wordt oedeem genoemd. Het weefsel raakt minder goed doorbloed en de kans op een niet genezend wondje neemt toe ('open been').

## **Compressieverband**

Door te zwachtelen met druk wordt de spierpomp ondersteund, waardoor het vocht weer teruggeperst wordt in uw aderen. Daardoor neemt de bloedvoorziening weer toe in het weefsel. Hierdoor kan een open been worden voorkomen of sneller genezen.

## **Behandeling**

Het zwachtelen met druk werkt goed als u veel loopt. Belangrijk hierbij is dat u stevige, aansluitende schoenen draagt waarbij u de voet goed kunt afwikkelen. Draag geen sloffen/slippers! U kunt dus zelf aan de behandeling meewerken door zoveel mogelijk te lopen. Beweeg uw benen ook als u ligt in bed of zit op een stoel.

Beweeg, liggend op uw rug of zittend op de stoel uw voet om de beurt van u af en naar u toe. Om een zo goed mogelijk resultaat te bereiken moeten de zwachtels dag en nacht blijven zitten.

## **Wisselen van zwachtels**

Als u een wond heeft worden de zwachtels na iedere wondbehandeling opnieuw aangelegd. Als u geen wond aan uw benen heeft mogen de zwachtels drie tot zeven dagen blijven zitten. Het is niet de bedoeling dat u zelf de zwachtels eraf haalt om te gaan douchen. Wel is het mogelijk, indien u wekelijks op polikliniek dermatologie gezwachteld wordt, uw been/benen te laten wassen. Neemt u daarvoor zelf een washandje en een handdoek mee?

Wordt u geholpen door de thuiszorg of de huisarts, dan kan u in overleg met hen afspreken wanneer u de zwachtels eraf haalt om te douchen.

## **Pijn**

Als u start met zwachtelen met druk kunt u in eerste instantie meer pijnklachten krijgen. Deze pijn moet minder worden als u uw benen beweegt. U kunt ook last krijgen van een doof gevoel of verkleuring van uw tenen. Als de pijnklachten, het dove gevoel of de verkleuring van uw tenen niet minder worden door te lopen, is het nodig dat u de zwachtels laat verwijderen. Als de zwachtels gaan afzakken, worden uw benen dunner. Opnieuw zwachtelen is dan nodig. Neem bij blijvende pijnklachten of afzakkende zwachtels contact op met de polikliniek dermatologie, de thuiszorg of uw huisarts. Zodat uw benen op korte termijn opnieuw gezwachteld kunnen worden.

## **Thuis zwachtelen**

Als u thuis door moet gaan met zwachtelen dan wordt de thuiszorg ingeschakeld. U blijft voor controle onder behandeling van de behandelend specialist of de huisarts.

## **Informatie over de zwachtels**

De zwachtels wast u thuis in de wasmachine op 90°C zonder wasverzachter. Laat daarna de zwachtels liggend drogen. U kunt een zwachtel ongeveer zestien tot twintig keer gebruiken. Bij ieder bezoek aan de polikliniek neemt u schone zwachtels mee.

## **Na de behandeling**

Het zwachtelen met druk is in principe tijdelijk. Als het vocht is verdwenen en een eventuele wond is genezen, is het vaak noodzakelijk dat u elastische kousen gaat dragen. Deze steun is meestal blijvend noodzakelijk, omdat de oorzaak (bijvoorbeeld het defect aan de aderen) niet weggenomen kan worden. Uw arts bespreekt dit verder met u.

## **Vragen**

Bij vragen zowel voor als na de behandeling kunt u contact opnemen met de medewerkers van de polikliniek waar u onder behandeling bent.

- Polikliniek dermatologie (0318) 43 51 20
- Afdeling cardiologie (0318) 43 55 43

Soms begeleidt uw huisarts deze behandeling en kunt u de vragen aan hem/haar stellen.

- Uw eigen huisarts .....