

Sådan lægger du en langstræks-bandage

For at modvirke en hævelse i dit ben, skal du i en periode have anlagt langstræks-bandage. Langstræks-bandagen giver et tryk (en kompression) på dit ben, og derved øges blodgennemstrømningen i benet.

Bandagen må ikke sidde på hele tiden. Den skal anlægges hver morgen og tages af til natten, medmindre andet er aftalt med lægen. Derfor er det vigtigt, at du, din pårørende eller hjælpeperson kan anlægge bindet korrekt. Se vejledning til sidst i denne information.

Vær opmærksom på

Vælg det korrekte bind

Et langstræksbind er et bind, som kan strækkes 130-180 %. Vælg et bind i den bredde, der passer til benet. Til et tyndt ben vælges et smalt bind og til et tykt ben vælges et bredt bind. Derved bliver kompressionen ligeligt fordelt på benet, når bindet lægges korrekt. Normalt lægges der kun ét bind fra tå til knæ, og bindet skal kunne overlape sig selv med 50 % i hver tur rundt om benet.

En bandage med langstræks-bind anvendes fortrinsvist til immobile patienter.

Vask bandagen

Bandagen skal håndvaskes mindst hver 3. dag i et finvaskemiddel og tørres fladt på et håndklæde for at bevare elasticiteten (kompressionsevnen).

Overgå til kompressionsstrømpe

Kompressionsbehandling er som regel livslang. Når hævelsen er svundet, skal du bruge kompressionsstrømper i stedet for langstræks-bandage. Disse skal der tages mål til.

Lægen ansøger kommunen om en bevilling til kompressionsstrømperne. I bevillingen står der, hvem du skal kontakte for at få taget mål.

Kontakt og mere viden

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os. Vil du vide mere, kan du eventuelt læse mere på patienthaendbogen.dk. Søg på: 'kompressionsbehandling'.



Karkirurgisk Venesårsambulatorium

Tlf. 97 66 46 10

Vi træffes bedst: Mandag – torsdag 8.00 – 15.00 og fredag 8.00 – 14.30

Sådan gør du

1. Foden holdes i 90 grader. Start på ydersiden af foden.
2. 2 omgange rundt om foden.
3. 1 omgange til at dække hælen.
4. 1 omgang om anklen, som skal dække øverste del af hælen.
5. Rundt om anklen.
6. Ned om foden, dække hælen under foden.
7. Op om anklen.
8. Fortsæt i spiral.
9. Slut ved knæbøjning.

