

# Sådan lægger du en kortstræks-bandage

For at modvirke en hævelse (ødem) i dit ben, skal du i en periode have anlagt kortstræks-bandage.

Kortstræks-bandage yder et tryk (en kompression) på dit ben, og derved øges blodgennemstrømningen i benet. Bandagen giver et lavt tryk i hvile, og et højt tryk i bevægelse.

Bandagen må gerne sidde på hele tiden, også om natten, netop på grund af det lave tryk i hvile. Den skal dog lægges om på ny hver morgen. 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 kortstræks-bind kan strækkes 40-90 %. Normalt lægges der 2 bind fra tå til knæ. Til et tyndt ben vælges to smalle bind og til et tykt ben vælges to brede bind. Derved bliver kompressionen ligeligt fordelt på benet, når bindet lægges korrekt. Vurderes det, at der skal bruges to forskellige bredder, skal det smalleste bind bruges på foden. Brug eventuelt polstervat for at udligne niveauforskelle og for at undgå snørrefurer og trykskader især over vrist og skinneben.

En bandage med kortstræksbind anvendes fortrinsvist til aktive patienter.

### Vask bandagen

Bandagen skal håndvaskes hver dag i et finvaske-middel 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 kortstræks-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 patienthåndbogen.dk. Søg på: kompressionsbehandling.



### Kontakt

#### Venesårsambulatoriet

Tlf. 97 66 46 32 / 97 66 46 05

Vi træffes bedst:

Mandage og torsdage 8.00 – 15.00

## SÅDAN GØR DU

