

Uittrekken elastische kousen

Deze instructiekaart voor het uittrekken van therapeutisch elastische kousen is een instrument om te analyseren hoe stapsgewijs en op een verantwoorde manier bij cliënt elastische kousen uitgetrokken dienen te worden. Er staan randvoorwaarden en ondersteunende informatie in beschreven. Daarnaast worden a.d.h.v. plaatjes de stappen van de handeling duidelijk gemaakt.

RANDVOORWAARDEN EN ONDERSTEUNENDE INFORMATIE

Werkorganisatie

- Overleg met collegae en cliënt over de werkwijze en gevraagd medewerking van de cliënt zodat de benadering eenduidig is (laat cliënten doen wat zij zelf kunnen t.b.v. zelfstandigheid).
- Bereid de gehele zorghandeling voor zodat mogelijke complicaties worden erkend en de handeling soepel verloopt. Denk hierbij aan:
 - het klaarzetten van benodigdheden zodat alles binnen handbereik is;
 - het aannemen van de uitgangspositie zodat het been binnen handbereik is van de zorgverlener en verdere deelhandelingen op een ergonomisch verantwoorde manier worden uitgevoerd;
 - het instrueren van de cliënt zodat het voor beide partijen duidelijk is wat er gaat gebeuren en wat er van beiden wordt verwacht;
 - het inspecteren van het been nadat de elastische kousen zijn uitgetrokken. Er wordt gekeken naar: hygiëne, wondjes, kleur, oedeem en pijn. Onderneem zonodig actie.

Werkplek

- Bepaal een geschikte plek om de elastische kousen uit te trekken welke voldoet aan de arbo-check. Denk hierbij aan:
 - een geschikte plaats voor de cliënt, zodat zij een comfortabele houding kan aannemen. Indien de cliënt een beperking in de heup heeft, waardoor zij de benen niet voldoende kan heffen, kan het uittrekken in een relaxfauteuil of op een bed een oplossing bieden.
 - voldoende ruimte zodat de zorgverlener zich recht voor het betreffende been van de cliënt kan positioneren en vrij de benodigde bewegingen kan maken.
 - vrij van tocht en vocht, schoon van rommel en vuil, vrij van overlast t.a.v. geluid, geur en temperatuur.
 - Bewaar alle benodigdheden bij elkaar, dichtbij de plaats waar de elastische kousen uitgetrokken worden

Werkmiddelen

- Elastische kousen
 - De elastische kous verschilt mogelijk voor het linker- en rechterbeen; let op het merkteken.
 - Gebruik geen talkpoeder, dit kan gaan klonteren en de huid en kousen beschadigen.
 - De elastische kousen wordt minimaal om de dag gereinigd volgens voorschriften door de cliënt.
 - Wees alert op functionaliteit (beschadigingen, pasvorm, leeftijd); verwijs zonodig door naar huisarts of leverancier van de elastische kousen.
- Uittrekhulpmiddel
 - De thuiszorgorganisatie heeft een basispakket van uittrekhulpmiddelen samengesteld.
 - Het uittrekhulpmiddel wordt eens per 3 maanden gewassen op 30° door de cliënt volgens de voorschriften die bij het hulpmiddel geleverd zijn..
- Zitvoorziening
 - Gebruik een aanwezige zitvoorziening waarbij knieën in een hoek van 90° staan en welke de nodige actieve zithouding niet belemmert. Indien de cliënt geen geschikte zitvoorziening heeft, neem dan contact op met de leidinggevende.
- Rubberen huishoudhandschoenen
 - Draag rubberen handschoenen zodat er meer grip ontstaat op de elastische kousen.
 - Iedere zorgverlener beschikt over eigen handschoenen vanwege hygiëne en maatvoering. Ze worden gereinigd volgens de handhygiëne voorschriften, d.w.z. voor en na de handeling met water en zeep.

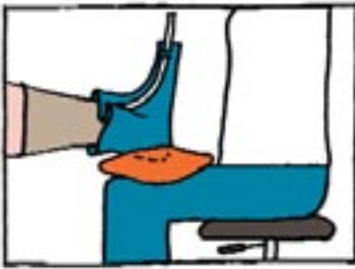
Werkwijze

- Neem de gebruikelijke hygiëne maatregelen in acht. Denk hierbij aan: handschoenen, been/voet cliënt en mogelijk de uitgangspositie waarbij het been op de schoot genomen wordt.
- Werk rustig, zo lukt het uittrekken beter dan bij een gejaagde werkwijze.
- Zit actief (gekanteld bekken, rechte rug, span buik- en rugspieren), werk symmetrisch en dichtbij het lichaam.

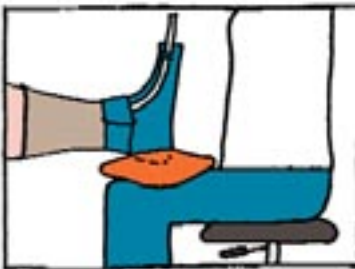
Uittrekken *therapeutisch elastische kousen*



- 1 Ga tegenover de cliënt zitten. Trek (schone) rubberen handschoenen aan en vraag de cliënt het been in het midden van je schoot te leggen (eventueel op een handdoek of kussentje), zodat je symmetrisch en dicht bij je lichaam kunt werken.



- 2 Pak het uittrekhulpmiddel met beide handen vast en breng het aan over de elastische kous, zoals beschreven in de gebruiksaanwijzing.
Alleen voor de Easy-Off: Zet het bandje rond de enkel vast met klittenband, zodat de Easy-Off goed blijft zitten bij het omslaan van de therapeutisch elastische kousen.



- 3 Sla de bovenkant van het hulpmiddel over het bandje, zodat het klittenband bedekt is en niet in aanraking komt met de kous.



- 4 Sla de boord van de elastische kous over het hulpmiddel, eventueel meerdere keren. Schuif de elastische kous door middel van wrijven tot de enkel.



- 5 *Alleen voor de Easy-Off:* Op dat moment kan hij niet verder. Maak het klittenband los door aan het uiteinde van het bandje te trekken.



- 6 Wrijf de elastische kous (met het hulpmiddel) over de enkel van de voet af. Zorg ervoor dat het hulpmiddel onder de elastische kous blijft.