

## **Compressietherapie bij hartfalen door middel van zwachtelen**

### **Cardiologie**

#### **Inleiding**

U bent in ons ziekenhuis opgenomen in verband met hartfalen. Door hartfalen heeft u vocht (oedeem) in uw benen. Dit oedeem wordt door middel van compressietherapie behandeld. Deze folder geeft algemene informatie over compressietherapie en het moment waarop u over kunt gaan op het dragen van therapeutische elastische kousen.

#### **Compressietherapie**

Bij compressietherapie wordt door middel van elastische zwachtels of therapeutische elastische kousen druk uitgeoefend op de bloedvaten van uw benen.

Omdat hartfalen een chronische aandoening is en genezing vaak niet mogelijk is, blijft u zonder compressietherapie in meer of mindere mate last houden van oedeem in uw benen. Blijvende compressietherapie is dus noodzakelijk.

Bij hartfalen moet er milde compressietherapie worden toegepast, dat wil zeggen dat zwachtels en therapeutische elastische kousen niet teveel druk (compressie) mogen uitoefenen, omdat er anders in één keer teveel vocht in de bloedsomloop wordt 'gedrukt', waardoor u het benauwd kunt krijgen.

#### **Doel van zwachtelen**

Het doel van de zwachtelbehandeling is 'het vocht uit uw benen te zwachtelen' en daarmee ook genezing van eventuele wondjes te bevorderen.

Elastische zwachtels geven druk op de bloedvaten, spieren en het lymfestelsel, waardoor aanwezig oedeem in uw benen wordt afgevoerd.

#### **Hoelang zwachtelen en wanneer therapeutische elastische kousen?**

Zwachtelen is nodig zolang het oedeem in uw benen nog aanwezig is. Als het oedeem (voor zover mogelijk) verdwenen is, krijgt u therapeutische elastische kousen aangemeten om ervoor te zorgen dat het oedeem niet terug kan keren.

#### **Wanneer mag er niet gezwachteld worden?**

Bent u bekend met een slechte doorbloeding van de benen of met diabetes mellitus, meld dit dan aan de arts. Bij een verminderde doorbloeding van het been kan zwachtelen gevaarlijk zijn omdat de druk van de zwachtels dan wonden kan veroorzaken. Voorafgaand aan het zwachtelen is het daarom belangrijk om de doorbloeding van uw been te laten meten (met een 'enkel-arm index en/of teendruk').

#### **Wie kan er zwachtelen?**

Zwachtelen is een handeling die kennis en ervaring vereist. Verpleegkundigen van thuiszorginstellingen zijn deskundig en ervaren in het aanleggen van zwachtels. Ook kunnen zij adviseren wanneer u over kunt gaan op het dragen van therapeutische elastische kousen.

Wij adviseren u om het zwachtelen 's morgens door de verpleegkundige van de thuiszorg te laten doen.

## Adviezen

Adviezen met betrekking tot compressietherapie:

- gebruik geen verbandhaakjes, maar pleisters om de zwachtels vast te zetten. Met verbandhaakjes kunt u uw huid
- beschadigen;
- verwijder de zwachtels voor de nacht en rol ze strak op;
- zorg ervoor dat de zwachtels niet nat worden tijdens het douchen of wassen;
- de zwachtels kunnen uitgewassen en opnieuw gebruikt worden, zie hiervoor het bijgeleverde voorschrift van de fabrikant van de zwachtels. Laat ze na het wassen goed drogen en rol ze daarna strak op;
- vermijd te lang zitten of staan (reis dus niet langdurig);
- verplaats steeds uw benen en voeten als u langer stilstaat of stil moet staan;
- wandel (even) regelmatig;
- wikkel uw voeten goed af (van hak naar teen) tijdens het lopen;
- zorg voor goede voetverzorging;
- zorg voor goed en makkelijk zittend schoeisel;
- voorkom afknellen van de doorbloeding, dus kruis uw benen niet over elkaar;
- leg uw benen hoog als u zit;
- vermijd stampen en springen.

## Elastische therapeutische kousen

Wanneer u geen of weinig last meer heeft van oedeem in uw benen, kunt u therapeutische elastische kousen aangemeten krijgen.

Wij adviseren u om de verpleegkundige van de thuiszorginstelling of uw huisarts te laten bepalen wanneer het aanmeten kan plaatsvinden.

## Adressen voor therapeutische elastische kousen

U kunt voor het aanmeten en leveren van therapeutische elastische kousen een afspraak maken bij:

- Roessingh Revalidatie Techniek  
Roessinghsbleekweg 167, 7522 AH Enschede  
telefoon (088) 999 07 77  
website: [www.rrt.nl](http://www.rrt.nl)  
Roessingh Revalidatie Techniek heeft verschillende vestigingen in Nederland. Vraag naar de dichtstbijzijnde vestiging of raadpleeg de website;
- Mary Springer Enschede  
Haaksbergerstraat 330-332-A, 7513 EJ Enschede  
telefoon (053) 434 90 30  
website: [www.maryspringer.nl](http://www.maryspringer.nl)

Neem het aanvraagformulier voor de elastische therapeutische kousen mee naar uw afspraak. Bij uw zorgverzekeraar kunt u informeren of u voor een (gedeeltelijke) vergoeding in aanmerking komt.

## Belangrijke telefoonnummers / contactgegevens

- Polikliniek hartfalen, route A25, telefoon (053) 487 21 65;
- Verpleegunit C5 Cardiologie, route C51, telefoon (053) 487 21 71.

## Tenslotte

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Pas als u voldoende inzicht heeft, kunt u weloverwogen toestemming geven voor een bepaalde behandeling of een bepaald onderzoek. Als iets u niet geheel duidelijk is, vraagt u de cardioloog dan om nadere uitleg.