

Zwachtelen onderbeen met korte rek-zwachtels (kort)

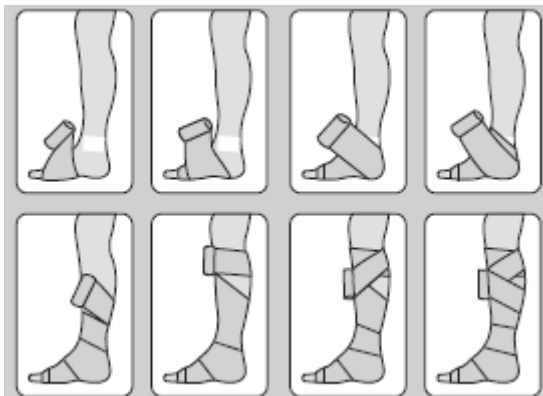
Benodigdheden

- strak opgerolde korte-rekzwachtels (8 of 10 cm)
- steun voor been (bijv. krukje, beensteun)
- pleister/schaar
- stoel of kruk voor hulpverlener
- tricot buisverband of nylonkous of panty
- polsterwatten/ pretape
- afvalbak

Werkwijze

Draag zorg voor dubbele controle: juiste medicatie, berekening oplossing en toedieningssnelheid.

- 1 Was je handen.
- 2 Zet de benodigdheden binnen handbereik.
- 3 Knip 4 repen pleister van ± 10 cm af en hang ze binnen handbereik.
- 4 Inspecteer de zwachtels op stevigheid, gladheid en of ze strak opgerold zijn.
- 5 Zet de stoel/kruk voor de hulpverlener klaar en stel deze, zo mogelijk, op de juiste hoogte in.
- 6 Neem plaats op stoel of kruk.
- 7 Laat de zorgvrager een zithouding aannemen waarbij het te zwachtelen been op de steun leunt.
- 8 Ontbloot het been van de zorgvrager en controleer de huid van het been op de volgende aspecten:
 - eczeem
 - wondjes
 - kleur
 - oedeem
 - hygiëne
 - pijn
- 9 Breng (indien noodzakelijk) het tricot buisverband, en de polsterwatten aan op de gewenste plaatsen.
- 10 Plaats de voet in een hoek van 90 graden ten opzichte van het onderbeen.
- 11 Neem de eerste zwachtel en leg het begin van de zwachtel vanaf de grote teen in de richting van de kleine teen, langs de inplant van de tenen (zwachtel van binnen naar buiten) en kijk in de rol.
- 12 Maak 1 of 2 circulaire windingen om de voorvoet van binnen naar buiten.
- 13 Zwachtel hiel en enkel.
 - a Maak een spiraalwinding midden over de hiel.
 - b Maak een spiraalwinding 2/3 op de hiel, 1/3 om de hak.
 - c Maak een spiraalwinding 1/3 op de hiel, 2/3 om de hak.
 - d Maak een circulaire winding rond de enkel.



- 14 Volg de vorm van het onderbeen met de zwachtel, telkens met dezelfde constante druk.
- 15 Maak vlak onder de knieschijf een niet te strakke circulaire winding.
- 16 Zwachtel vervolgens verder door het onderbeen naar beneden te volgen.
- 17 Fixeer de zwachtel met twee pleisters (nooit strak circulair).
- 18 Neem de volgende (2^e) zwachtel en leg het begin van de zwachtel vanaf de kleine teen in de richting van de grote teen, langs de inplant van de tenen (tegengesteld aan de eerste zwachtel; van buiten naar binnen).
- 19 Herhaal de stappen 12 t/m 17.
- 20 Sla het tricot buisverband terug over het gezwachtelde onderbeen om afzakken te voorkomen.
- 21 Volg stap 8 t/m 20 ook voor het andere been van de zorgvrager.
- 22 Controleer na het zwachtelen van beide onderbenen de kleur van de tenen van de zorgvrager en ga na of de zorgvrager pijnvrij is.
- 23 Help de zorgvrager in zijn of haar schoenen.
- 24 Geef informatie over het belang van voldoende beweging.
- 25 Ruim de materialen op.
- 26 Was je handen.
- 27 Noteer de handeling en eventuele bevindingen.