

## Zwachtelen onderbeen met korte rek-zwachtels

### Omschrijving

Het been van de zorgvrager wordt in de juiste houding gebracht waarna het tricot buisverband en/of polsterwatten worden aangebracht. Vervolgens wordt(en) de eerste zwachtel(s) aangelegd over het gehele onderbeen. Daarna wordt het been opnieuw gezwachteld, maar dan in tegengestelde richting van de eerste laag. Tot slot worden de zwachtels gefixeerd.

Opdracht tot voorbehouden of risicovolle handeling:				
Mag zelfstandig verricht worden door:	GH/GV	OSW	SW	BIG

### Aandachtspunten

- Gebruik korte-rekzwachtels voor ambulante compressietherapie bij een mobiele zorgvrager.
- Behandel, indien aanwezig, wonden volgens afspraak.
- Breng de zwachtels (bij voorkeur) 's morgens voor het opstaan aan, het been is dan nog relatief slank.
- Door het zwachtelen slinkt het been. Verwissel daarom voor een goede compressie het verband aanvankelijk tweemaal per week (of vaker als het verband afzakt), tot het oedeem voldoende is afgenomen, en daarna eenmaal per week. De zwachtels kunnen 's nachts blijven zitten. (Let wel: Lange rek zwachtels mogen niet blijven zitten).
- Polster smalle en uitstekende delen zoals enkel, scheenbeen en knie (= holtes opvullen met watten) om de druk gelijkmatig te verdelen en/of uitstekende delen te beschermen.
- Kijk tijdens het zwachtelen 'in de rol'. De zwachtel blijft als het ware tegen de huid aankleven en volgt de vorm van het been.
- Wanneer halverwege het been een nieuwe zwachtel nodig is, wordt met de nieuwe zwachtel eerst met een stevige slag om het been gezwachteld om de zwachtel vast te zetten. Doe dit nooit circulair (vanwege een elastiekeffect)!
- Breng de zwachtels glad en zonder kreukels aan om drukplekken te voorkomen.
- Als de zwachtels zijn aangelegd mogen er geen openingen ('vensters') te zien zijn.
- Zet de zwachtels vast met pleister, niet met fixatieklemmetjes.
- Plak de zwachtels met pleisters af om afzakken te voorkomen. Hiervoor kan ook tricot buisverband worden gebruikt. Breng dan eerst het tricot buisverband aan, vervolgens de zwachtels en sla daarna de rest van het tricot buisverband terug over de zwachtel. Een alternatief is een nylonkous met afgeknipte boord (boord kan knellen).

### Complicaties tijdens de handeling

Huid onder drukverband is geïrriteerd.

Er zijn 'vensters' te zien.

Pijn of blauwe tenen na zwachtelen.

Witte tenen na het zwachtelen.

Zwachtel zakt af.

### Handelwijze

Smeer de huid dun in met een huidverzorgende crème.  
Leg de zwachtels opnieuw aan.

Laat de zorgvrager lopen. Als pijn na 15 min. niet over gaat zwachtels opnieuw aanleggen. Als pijn aanhoudt na opnieuw zwachtelen, arts waarschuwen.

Kan een teken zijn van miskende arteriële insufficiëntie.  
Verwijder de zwachtels direct en waarschuw de arts.  
Zwachtels opnieuw aanleggen.

### 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

## 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  $\pm$  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 busverband, en de polsterwatten aan op de gewenste plaatsen.
  - a Meet het tricot busverband af: drie keer de onderbeenlengte en breng dit als een kous over het onderbeen tot onder de knie aan. Laat het overtollige materiaal over de tenen afhangen naar beneden.
  - b Observeer het been goed. Breng waar nodig polsterwatten aan op het tricot busverband.
    - Enkel: maak een driehoekje van de polsterwatten en leg deze aan de zijkant van de enkel
    - Scheenbeen: knip de lengte van het scheenbeen af van de rol en vouw deze in de lengte dubbel en leg deze aan weerszijden van het scheenbeen.
- 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<sup>e</sup>) 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.