

Uw arts heeft u aangeraden elastische kousen te gaan dragen. Waarschijnlijk heeft hij u ook uitgelegd waarom hij u dit adviseert. Wij als leverancier hopen met deze folder u voldoende informatie te geven over de volgende onderwerpen.

- ✓ **Hoe en waarom elastische kousen**
- ✓ **Wat zijn elastische kousen**
- ✓ **Het aanmeten**
- ✓ **Levertijd, vergoeding**
- ✓ **Klachten**
- ✓ **Garantie**
- ✓ **Het aan- en uittrekken**
- ✓ **Het onderhoud en de levensduur**
- ✓ **Klachten en garantie**

Hoe en waarom elastische kousen

Elastische kousen worden voorgeschreven aan mensen die beenklachten hebben. Erg veel mensen hebben hier last van. De oorzaak van de klachten is een stoornis in de werking van de bloedvaten, in dit geval de aderen.

In het menselijk lichaam voeren de slagaderen zuiver en zuurstofrijk bloed aan. Vanuit het hart wordt het bloed door het lichaam gepompt. Vervolgens vindt de afvoer van zuurstofarm bloed plaats door de aderen. Voor de benen betekent dit het volgende: het bloed stroomt

vanuit het hart naar de voeten en moet vervolgens weer terug stromen naar het hart om in de longen gezuiverd te worden. Deze afvoer levert in de benen wel eens problemen op, omdat de mens rechtop loopt en het bloed dus omhoog moet om weer in het hart te komen.

Voor het hart is het een zware taak om het bloed omhoog te pompen. Daarom krijgt het hulp; van de spierpomp in de kuit en de kleppen in de aderen. De spierpomp spant bij elke beweging die u maakt en duwt zo het bloed in de aderen omhoog. De kleppen in de aderen zorgen er vervolgens voor dat het bloed niet terugstroomt.

Een lange tijd stilzitten of staan is niet goed voor de bloedsomloop, omdat er dan geen spierpompwerking meer is. Ook wanneer de kleppen in de vaten niet goed meer sluiten, kan de spierpomp het bloed onvoldoende omhoog pompen.

De vaatwand zet uit en het bloed hoopt zich op. Zo ontstaan spataderen. Wanneer de bloedsomloop verstoord is, functioneert het voedings- en afvoersysteem ook niet meer goed. Vocht hoopt zich op in het weefsel; een zwaar gevoel in de benen en zwelling (oedeem) zijn het gevolg. Bij onvoldoende zuurstofaanvoer bestaat ook het gevaar van een open been (ulcus curis).

Klachten van vermoeidheid, rusteloosheid, kramp, pijn, zwelling (oedeem) en spataderen zijn het gevolg van aderaandoeningen. Al deze klachten zijn erg pijnlijk en vervelend. Zonder hulp van buitenaf komt u er niet vanaf. In uw geval zijn elastische kousen voorgeschreven.

Wat zijn elastische kousen?

Elastische kousen geven steun en druk op het been. De druk van de kous is het hoogst bij de enkel en loopt geleidelijk af naar boven. Door de druk, die van buitenaf op het been wordt uitgeoefend, wordt de bloedsomloop in het been gestimuleerd. De elastische kous duwt als het ware het bloed omhoog naar het hart. De bloedafvoer van het onderbeen wordt weer hersteld en het weefsel in uw benen wordt weer voorzien van voeding en zuurstof. Vocht

dat zich heeft opgehoopt kan bij voldoende druk weer afgevoerd worden, zodat de zwellingen zullen afnemen.

Er zijn verschillende typen elastische kousen. Afhankelijk van de ernst van uw problemen. Er zijn kniekousen, dijbeenkousen of panty's met of zonder naad.

De elastische kousen zijn onder te verdelen in drukklassen. Bijvoorbeeld klasse 1 staat voor een lage druk en klasse 4 voor een hoge druk. Van alle mensen die elastische kousen dragen, draagt 80% een kous uit klasse 2. Deze geven de meeste benen voldoende druk en zijn goed aan en uit te trekken. Dit laatste is zeer belangrijk want elastische kousen hebben alleen nut als u ze elke dag draagt.

Het aanmeten

De kousen worden aangemeten op oedeemvrije benen. Indien de benen nog veel vocht bevatten moet eerst worden gewachteld. Pas als het been ongeveer de normale dikte heeft, worden de kousen aangemeten.

Intake, Levertijd, vergoeding

Intakegesprek: binnen 5 werkdagen nadat de patiënt contact heeft gehad met een aanvraag van de arts is er een afspraak gepland.

Levertijd: bij confectiekousen is de levertijd max. 5 werkdagen en bij maatwerk is de levertijd max. 10 werkdagen.

Vergoeding: elastische kousen worden door de zorgverzekeraars vergoed (denk wel aan eigen risico). De frequentie en de vergoeding is afhankelijk van uw zorgverzekeraar. Cliënt heeft conform richtlijnen ZV recht op een adequaat hulpmiddel.

Het aan- en uittrekken

Wij raden u aan de kous altijd aan te trekken als uw benen het dunst zijn, dus 's ochtends. Draag bij het aan- en uittrekken van de kous geen sieraden en pak de kous niet met scherpe nagels vast. De kousen en ook uw huid

kunnen hierdoor beschadigd raken. Een veilige en handige manier voor het aantrekken is het dragen van huishoudhandschoenen. Kies een model met aan de binnenzijde kleine bobbeltjes deze geven meer grip op de kous.

Het aantrekken van de kous

1. Sla de elastische kous tot aan de hiel binnenste buiten.
2. Pak de dubbelgevouwen kous aan dit dubbele hieldeel vast en trek haar aan tot over de hiel.
3. Trek vervolgens het bovenste deel dat nog over uw voet zit langzaam omhoog. Doe dit stukje voor stukje, tot de kous helemaal glad om uw been zit.

Bij het aantrekken kunt u gebruik maken van een aantrek-sokje, indien u kousen heeft met een open teen. De kous moet 's avonds worden uitgetrokken.

Het uittrekken van de kous

1. Sla de bovenkant van de kous om en trek deze langzaam naar beneden.
2. Totdat de bovenkant van de dubbelgevouwen kous op de enkel zit.
3. Pak de kous daarna bij de enkel vast en trek de kous in z'n geheel uit.

Het onderhoud en de levensduur

U zult merken dat na een aantal malen wassen de elastische kous wat soepeler wordt. Na verloop van tijd zal het aan- en uittrekken dan ook beter gaan. Was uw kousen regelmatig (minstens 2-3 keer per week). Uw kous wordt er niet alleen soepeler van, het is ook beter voor de elastische draden en de druk van uw kous.

U kunt de kousen het beste **met de hand wassen in lauwwarm water met een fijn wasmiddel**.

Rol vervolgens de kous droog in een handdoek tot het overtollige water eruit is. **Niet wringen**.

Het drogen van de kous mag niet in de zon of nabij een warmtebron, ook niet in de centrifuge en droger.

Warmtebronnen tasten de elastische draden aan.

De kous mag niet in contact komen met vette zalven, bodylotions of andere vetachtige substanties. Als u de elastische kous behandelt zoals hierboven beschreven, zal de druk effectief blijven.

Klachten en garantie

Mocht u ontevreden zijn over het product of suggesties hebben om de dienstverlening te verbeteren dan horen wij dit graag.

Als wij uw klacht onvoldoende hebben opgelost, kunt u een klachtenformulier/brochure bij uw leverancier vragen en krijgt u verdere info. Op verzoek wordt de klachten-procedure uitgelegd en met u besproken.

Niet eens met de oplossing? Dan kunt u zich wenden tot de onafhankelijke klachtenregeling: erisetsmisgegaan.nl

Volgens de normering garanderen wij u 3 maanden de therapeutische functionaliteit. Wij adviseren dan ook de kous direct te gaan dragen. Garantiebepalingen zijn niet van toepassing op gebreken veroorzaakt door normale slijtage, flebologische veranderingen of onzorgvuldig gebruik, ontstaan in de garantieperiode.

Uw elastische kousen leverancier:



Alles wat u
wilt weten over
elastische kousen

