

Quick-guide til anlæggelse af kompressionsbind på underben

Indikationer: Ødemer på grund af nedsat eller ophørt drænage i vene eller lymfesystemet samt ved immobilitet. Skal altid lægeordineres	Kompression må ikke anlægges ved iskæmi. Dette undersøges enten ved: • Palpation af fodpuls/evt. doppler • Ankel/arm indeks • Distal trykmåling (Klin.fys.afd.)
Polstring	
Ved skrøbelig hud: Beskyttes med polstringsvat og/eller tubegaze 	
Polstringsvat: Hvis der er stor volumen forskel/varierende diameter på ekstremitet, kan der udpolstres/udjævnes med polstingsvat. Vær også opmærksom på knoglefremspring.	
Kompressionsbind	
Kompressionsbind kan anvendes til både oppegående og immobile patienter. Under indlæggelse omlægges kompressionsbind dagligt. Bindene må gerne ligge på om natten, medmindre andet er ordineret. Elastisk bind = Langstræksbind: Yder højt hviletryk og relativt højt arbejdstryk. Anvendes almindeligvis på hospitalerne, da det dækker alle patienttyper. Uelastisk bind = Kortstræksbind: Yder lavt hviletryk og højt arbejdstryk. Anvendes <i>kun sjældent</i> på hospitaler. Kræver fuld gangfunktion.	 

Quick-guide til anlæggelse af kompressionsbind på underben

Anlæggelse af kompressionsbind

1. Foden flekteres i 90 grader
2. Start ovenfor tæernes grundled. Stræk det elastiske bind ca. 50 %. Tæerne må ikke dækkes
3. Kryds over vristen
 - a. Stræk bindet 50 % og hold strækket hele vejen op
 - b. Sørg for at første vikling omkring foden lukkes/låses, så der kommer kompression i forfoden og forfodsødem undgås.
 - c. Anlægges med 50 % overlapning
4. Bag om hælen
 - a. Fortsat 50 % stræk i bindet
5. Over vristen
6. Under foden (så hælen dækkes)
7. Over vristen igen
8. Fortsæt med spiral teknik op ad underbenet med 50 % overlapning og 50 % stræk af bindet (hele vejen op)
9. Slut ca. 1 -1½ cm under knæhase
 - a. Fæstnes med tape/plaster.
 - b. Er bindet for langt klippes det af.
 - c. Er bindet for kort – forlænges med et bind mere.
10. Færdig anlagt.

