

Het gebruik van therapeutisch elastische kousen

U hebt kousen gekregen via de huidtherapeut. Er zijn een aantal belangrijke aspecten van kousen die u in de gaten moet houden om klachten of snelle slijtage van de kous te voorkomen.

- Trek de kousen niet te hoog op. De kousen zijn niet te lang, de stof moet goed verdeeld worden over het been/arm. In geen geval de kousen dubbel slaan!
- Let bij het aan/uittrekken van de kousen op scherpe voorwerpen zoals sieraden en nagels. Dit kan ervoor zorgen dat er gaatjes in de kous komen en de kous gaat ladder.
- Bij het aantrekken van de kous kunt u gebruik maken van een huishoudhandschoen. Let op: met nopjes op de handschoen heeft u nog meer grip op de kous (deze zijn te verkrijgen bij de huidtherapeut à € 5 per paar).
- Wanneer u een siliconenboord op de kous heeft en deze irriteert de huid kunt u dit schoonmaken met azijn in lauw water, niet de gehele kous in het azijnwater leggen!
- Als u het idee heeft dat de kousen strak zitten kunt u deze wassen en de kousen nat over een frisdrank fles trekken zodat ze opdrogen met rek. Let er wel op dat u een plastic fles gebruikt!
- Om de kousen optimaal te houden kunt u het beste de kousen dagelijks wassen. Op het etiket van de fabrikant staat hoe u dit het beste kan doen. Om de kousen strakker te krijgen kunt u ze wassen in een heet sopje. Doe in geen geval de kousen in de droger.
- De kousen altijd 's avonds voor het slapen gaan uit trekken!
- Wanneer de kousen te strak zitten/striemen veroorzaken, nooit in de kousen knippen maar de kousen uit doen.
- Vanuit de fabrikant wordt geadviseerd om over de kousen altijd sokken of kousjes te dragen, dit in verband met slijtage door ritsen of klittenbandsluitingen van schoenen.

U hebt recht op 2 paar/stuks kousen per 14 maanden van uw zorgverzekeraar. Wees zuinig op uw kousen, uw verzekeraar vergoedt geen extra kousen!

Bij vragen of meer informatie:

Jacolie Plomp
Huid- en oedeemtherapeut
Huisartsencentrum Meerssen
Proost de Beaufortstraat 1
6231 EB Meerssen
Tel: 06-14456118
info@huidtherapiemeerssen.nl
www.huidtherapiemeerssen.nl

Therapiecentrum Beek
Carmelstraat 34
6191 VS Beek
Tel: 06-14456118
info@huidtherapiemeerssen.nl
www.therapiecentrumbeek.nl