

Zwachtelen: Bij oedeem en/of open been

De dermatoloog heeft bij u vochtophoping in het been (oedeem) en/of een open been (ulcus cruris) vastgesteld.

Wat is een open been (ulcus cruris)?

Een open been is een wond aan het been die slecht of niet geneest. De wond kan worden veroorzaakt door een stoornis in de afvoer van de aderen, zoals trombose, spataderen of verminderd loopvermogen. De stoornis kan ook liggen in de aanvoer van bloed, zoals suikerziekte, hoge bloeddruk, roken en een hoog cholesterolgehalte. Andere oorzaken kunnen ook een beenwond veroorzaken, zoals een ongeval.

Doel van de behandeling

Het belangrijkste doel van de behandeling van het open been is het afvoeren van vochtophoping uit het onderbeen, waardoor het open been kan genezen. Door het aanleggen van speciale drukverbanden (het zwachtelen), wordt de bloedafvoer richting het hart bevorderd.

Zwachtelen

Uw been wordt verbonden met een aantal lagen verband. Dit zwachtelen gebeurt vanaf de voorvoet tot aan de knie. De eerste keren kan uw been flink in omvang afnemen, waardoor het verband gaat afzakken. Dit is normaal. Het drukverband kan 2 tot 7 dagen blijven zitten. Daarna wordt uw been opnieuw verbonden. De dermatoloog bepaalt hoe vaak het drukverband wordt vervangen.

Klachten

Als u benauwd wordt of veel pijn krijgt, mag u 1 zwachtel verwijderen. Helpt dit onvoldoende dan verwijdt u ook de laatste zwachtel. Neem vervolgens contact op met de polikliniek dermatologie.

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

Adviezen voor thuis

- Als u gezwachteld bent, kunt u niet onder de douche. Uw tenen mag u wel wassen.
- Door de vele lagen verband past u vaak niet meer in uw dagelijkse schoenen. Het is wel belangrijk passend schoeisel te vinden, zodat u toch kunt bewegen/lopen. Dit is goed voor de genezing van uw been.
- Beweeg veel. Dit is goed voor het herstel.
- Wanneer er geen vocht meer in uw been zit, krijgt u meestal een elastische kous aangemeten. De kous wordt op maat gemaakt en heeft een levertijd van ongeveer 2 weken. Tot die tijd blijft u gezwachteld.
- Verwijder het verband niet voordat u op controle komt (tenzij anders afgesproken).

Oefeningen

- Lopen: het is goed om veel te lopen (indien mogelijk). Zorg dat u de voet daarbij goed afwikkelt.
- Staan: ga op uw tenen staan en zak langzaam weer terug. Herhaal dit een aantal keren per dag.
- Zitten: terwijl u zit, beweegt u de voorvoet op en neer, de hak blijft op de grond.
- Liggen: terwijl u ligt, beweeg met gestrekte benen de voet op en neer (trek de tenen naar u toe).

Leefregels

Een open been geneest moeilijk. Voor het herstel en het voorkomen van herhaling is het advies:

- Zorg voor voldoende beweging.
- Voorkom overgewicht.
- Draag de therapeutisch elastische kousen als de arts dat voorschrijft.
- Eet gevarieerd en gezond, dit is belangrijk voor de wondgenezing.
- Draag geen knellende kleding en schoeisel, wel schoenen met steun rond de hak (in verband met veiligheid).
- Rook niet.
- Voorkom stoten van uw been.

Thuiszorg

U kunt in de periode tussen het zwachtelen en het aanmeten van de kous, gezwachteld worden door de thuiszorg. Dit geeft uw dermatoloog aan.

Wasvoorschrift

Als het verband wordt verwisseld, krijgt u de zwachtels mee naar huis om te wassen. U wordt verzocht om de zwachtel(s) de volgende keer schoon en strak opgerold mee te brengen, zodat ze weer gebruikt kunnen worden.

De zwachtels kunnen op 40 of 60 graden gewassen worden.

Vragen?

Heeft u nog vragen, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek dermatologie, (040) 888 5880. De polikliniek is bereikbaar op werkdagen van 8.30 uur tot 17.00 uur. U kunt ook kijken op www.huidarts.info of www.huidartsen.nl.

Notities

Heeft u vragen over uw behandeling? We raden u aan ze hier op te schrijven. Zo weet u zeker dat u ze niet vergeet.