



TED-kous na een bypass-operatie

Instructies voor het aan- en uittrekken

Uw arts heeft met u besproken dat u na de operatie voor 6 weken een TED-kous draagt aan het geopereerde been. TED-kousen zijn kousen met een “gegradueerde compressie” (druk). De druk zorgt ervoor dat het bloed beter door uw benen stroomt, waardoor u minder kans heeft op het krijgen van trombose.

Hulp van een mantelzorger

Een bypassoperatie is een operatie, waarbij de chirurg uw borstbeen opent. Soms is het mogelijk om de operatie uit tee voeren via een of meerdere kleine openingen. Na de operatie heeft u een wond aan het borstbeen, die goed moet herstellen. Het aan- en uittrekken van de kous is de eerste 6 weken fysiek te zwaar voor u. U mag de kous dan ook niet zelf aan- en uittrekken, uw mantelzorger moet dat doen. Ook uw mantelzorger zal vinden dat het aan- en uittrekken zwaar gaat, hij moet er veel kracht voor zetten.

Vocht in het been na een operatie

Bij een bypassoperatie kunnen aders uit het been zijn gebruikt. De andere aderen in het been nemen de functie van deze ader over, maar dat duurt even. Hierdoor kunt u vocht krijgen in uw geopereerde been. De steunkousen zorgen ervoor dat het vocht uit de benen beter wordt afgevoerd. Het is belangrijk dat u de steunkous laat aantrekken **voordat** u uit bed stapt. Het aantrekken van de kous gaat dan makkelijker, omdat uw been dan nog niet zo opgezwollen is.

Dragen en wassen van de kous

U krijgt de steunkous van het ziekenhuis en draagt deze 6 weken. Thuis kunt u de kous wassen. Stopt u de kous **niet** in de droger, de kous kan daardoor zijn elasticiteit verliezen.

Tips voor de mantelzorgers bij het aantrekken van de steunkous

- De voeten van patiënt moeten glad zijn.
- De patiënt mag geen scherpe teennagels hebben. Zorg ervoor dat de nagels regelmatig geknipt worden.
- Crèmes en bodylotion waarin olie zit, kunnen de elastische draden in de kous aantasten. Zorg ervoor dat deze verzorgingsproducten niet met de kous in aanraking komen.
- Neem de tijd om de kous aan te trekken
- Gebruik een krukje en ga goed vóór de patiënt zitten. Neem het been op schoot. Of zet het bed op de juiste hoogte als dat mogelijk is. Tijdens de instructie krijgt u uitleg hoe u het beste kunt zitten.
- Sla nooit een boord van de kous om. Doe dat niet als de kous te ver is gekomen.
- Is de kous te ver over het been gekomen? Verdeel dan de kous opnieuw over het been, voordat u de kous verder aantrekt.
- Was de kousen regelmatig op een temperatuur van 95°C. De kousen mogen niet in de droger en u mag ze niet strijken.

Hoe trekt de mantelzorgers de kous aan

- Zorg dat het been van de patiënt in het midden van uw schoot ligt. Hierdoor kunt u dicht bij uw lichaam te werken. Leg eventueel een handdoek of een kussentje op uw schoot.
- Steek uw hand tot aan het hielstuk in de kous. Houd het midden van het hielstuk vast en draai de kous binnenstebuiten tot aan het hielstuk.
- Breng de kous voorzichtig aan over de voet en hiel. Zorg de hiel goed in het hielstuk zit.
- Trek de kous steeds een stukje omhoog over het been. Het is belangrijk dat u alleen aan het einde van de kous trekt. Zo houdt u de kous mooi. Trek de kous in een slingerbeweging naar boven.
- Zorg dat de kous glad zit. Trek aan het teenstuk om de kous glad om de voet te krijgen en de tenen voldoende ruimte te geven.

Aantrekken van de steunkous met een hulpmiddel

- Zorg dat het been van de patiënt in het midden van uw schoot ligt. Hierdoor kunt u dicht bij uw lichaam te werken. Leg eventueel een handdoek of een kussentje op uw schoot.
- Pak het hulpmiddel met beide handen vast en breng het middel aan om de tenen. Breng het hulpmiddel over de hiel langs het kuitbeen. LET OP: leg het hulpmiddel niet over de wond, maar langs de buitenkant van de kuit.
- Steek uw hand tot aan het hielstuk in de kous. Houd het midden van het hielstuk vast en draai de kous binnenstebuiten tot aan het hielstuk.
- Breng de kous voorzichtig aan over de voet en hiel. Zorg de hiel goed in het hielstuk zit.
- Trek de kous steeds een stukje omhoog over het been. Het is belangrijk dat u alleen aan het einde van de kous trekt. Zo houdt u de kous mooi. Trek de kous in een slingerbeweging naar boven.
- Trek voorzichtig het hulpmiddel uit de kous via de kuit en de bovenkant van de TED-kous. Niet via de tenen!
- Pak steeds een nieuw stukje wanneer het hulpmiddel uit de kous naar boven komt. Houd ondertussen met 1 hand de kous losjes vast bij de hiel, zodat de kous niet van zijn plaats glijdt. Laat de voet van de patiënt rusten op uw knie, til de voet niet op met uw hand. Het hulpmiddel glijdt tussen de kous en de kuit vandaan.
- Zorg dat de kous goed verdeeld is over het been door met uw vlakke hand over de kous te wrijven. Eventueel kunt u hierbij rubberen handschoenen gebruiken.

Bekijk ook de foto's in de bijlage van deze folder. U kunt het hulpmiddel gebruiken bij het uittrekken van de kous.

Naar huis/met ontslag

Wanneer u naar huis mag krijgt u een hulpmiddel om de kous aan te trekken mee. Leest u de gebruiksaanwijzing van dit middel goed door.

Meer informatie

- folder Bypassoperatie van de kranslagaders van de Nederlandse Hartstichting
- folder Leefregels na een CABG (bypassoperatie).

Contact

Heeft u vragen over deze uitleg? Neemt u dan contact op met de afdeling, waar u bent opgenomen (geweest). Het telefoonnummer vindt u op uw ontslagformulier.

Bijlage – uitleg met foto's

1. Steek uw voet in de punt van de slip.
Breng de slip langs de buitenkant van het been naar de knie.
2. Trek de kous over de voet.
3. Trek de kous helemaal aan tot aan de knie.



4. Maak het klittenband bij de tenen los



5. Pak de slip bovenaan vast bij de knie en trek de slip uit de kous.



6. Uittrekken
Trek de kous uit zoals een gewone kous of sok.



Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid
Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord
Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp
Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl