

Zwachtelen onder- en bovenbeen met lange-rekzwachtels (kort)

Benodigdheden

- strak opgerolde lange-rekzwachtels (10 of 12 cm)
- steun voor been (bijv. krukje, beensteun)
- pleister en schaar
- stoel of kruk voor hulpverlener
- tricot buisverband/pretape of nylonkous of panty
- polsterwatten
- afvalbak

Werkwijze

- 1 Pas handhygiëne toe.
- 2 Zet de benodigdheden binnen handbereik.
- 3 Knip 8 repen pleister van \pm 10 cm af en hang ze binnen handbereik.
- 4 Inspecteer de zwachtels op stevigheid, gladheid en of ze strak opgerold zijn.
- 5 Zet de stoel/kruk voor de hulpverlener klaar en stel deze, zo mogelijk, op de juiste hoogte in.
- 6 Neem plaats op stoel of kruk.
- 7 Laat de cliënt een zithouding aannemen waarbij het te zwachtelen been op de steun voor het been of stoel leunt.
- 8 Ontbloot het been van de cliënt en controleer de huid van het been op de volgende aspecten:
 - eczeem
 - wondjes
 - kleur
 - oedeem
 - hygiëne
- 9 Breng (indien noodzakelijk) het tricot buisverband en de polsterwatten aan op de gewenste plaatsen.
- 10 Plaats de voet in een hoek van 90 graden ten opzichte van het onderbeen.
- 11 Zwachtel de voet, de enkel en het onderbeen.
- 12 Neem de eerste zwachtel en leg het begin van de zwachtel vanaf de grote teen in de richting van de kleine teen, langs de inplant van de tenen (zwachtel van binnen naar buiten) en kijk in de rol.
- 13 Maak 1 of 2 circulaire windingen om de voorvoet van binnen naar buiten.
- 14 Zwachtel hiel en enkel.
- 15 Volg de vorm van het onderbeen met de zwachtel, telkens met dezelfde constante druk.
- 16 Maak vlak onder de knieschijf een niet te strakke circulaire winding.
- 17 Zwachtel vervolgens verder door het onderbeen naar beneden te volgen.
- 18 Fixeer de zwachtel met twee pleisters (nooit strak circulair).
- 19 Neem de volgende (2^e) zwachtel en leg het begin van de zwachtel vanaf de kleine teen in de richting van de grote teen, langs de inplant van de tenen (tegengesteld aan de eerste zwachtel; van buiten naar binnen).
- 20 Herhaal de stappen 12 t/m 18.
- 21 Sla het tricot buisverband terug over het gezwachtelde onderbeen om afzakken te voorkomen.
- 22 Vraag de cliënt, indien mogelijk, te gaan staan.
- 23 Breng een tricot buisverband aan op het bovenbeen.
- 24 Polster de knieholte.
- 25 Zwachtel de knie.
- 26 Zwachtel het bovenbeen.
- 27 Zwachtel het andere been.
- 28 Controleer na het zwachtelen van beide benen de kleur van de tenen van de cliënt en ga na of de cliënt pijnvrij is.
- 29 Help de cliënt in zijn of haar schoenen.
- 30 Ruim de materialen op.
- 31 Pas handhygiëne toe.
- 32 Noteer de handeling en eventuele bevindingen.