

THERAPEUTISCHE ELASTISCHE KOUSEN BIJ ULCUS CRURIS VENOSUM

J. Zeilstra*

Uit onderzoek blijkt dat bij driekwart van de patiënten met een ulcus cruris (open been) het om een recidiverende wond gaat. Deze wonden genezen minder snel en minder goed dan wanneer een open been voor de eerste keer ontstaat. Daarom is het van groot belang om te voorkomen dat een ulcus cruris terugkeert. De therapeutische kous is een belangrijk hulpmiddel hierbij, maar vaak worden deze kousen niet goed gebruikt.

In het artikel 'Oedeem en het ontstaan van een ulcus cruris' in Verpleegkunde Nieuws no. 3/2002 wordt uitgelegd dat oedeem een belangrijke oorzaak is voor het ontstaan van een ulcus cruris venosum. In dat artikel wordt aangegeven dat therapeutisch elastische kousen (TEK) worden voorgeschreven ter voorkoming van het (opnieuw) ontstaan van oedeem en een open been. Therapeutisch elastische kousen worden gebruikt als nabehandeling bij ambulante en niet-ambulante compressietherapie. Zolang er oedeem bestaat of wanneer er sprake is van een wond, wordt het been gezwachteld. Zodra het been oedeemvrij is, wordt de kous aangemeten. Het is van essentieel belang dat de kous goed past, dit draagt bij aan de therapietrouw van de patiënt. In Nederland zijn diverse kousen op de markt die kunnen worden gebruikt bij de preventie van oedemen (open benen). Er zijn maatkousen en confectiekousen. Er zijn rondbrei- en vlakbreikousen. De kousen zijn in diverse drukklassen verkrijgbaar (zie kader) en variëren in lengte van onder de knie tot een complete panty. De kousen worden voorgeschreven door de behandelend arts en moeten worden aangemeten door een erkend leverancier om voor vergoeding door de zorgverzekeraar in aanmerking te komen.

MAATKOUS VERSUS CONFECTIEKOUS

Bij confectiekousen gaat men uit van een aantal standaardmaten bij de omvang van de enkel, het been en de lengte van het been. Patiënten die binnen de geaccepteerde marges van de verschillende confectiematen vallen, kunnen in principe een confec-

tielkous dragen. Een maatkous daarentegen wordt speciaal per patiënt aangemeten. TEK worden meestal aangemeten. Dit omdat het been alleen optimaal nabehandeld kan worden als een kous op iedere plaats de juiste druk geeft. Alleen dan kan het opnieuw ontstaan van oedeem voorkomen worden.

Confectiekousen kunnen hier meestal niet aan voldoen vanwege de grote variaties in lengte en beenomvang.

RONDBREI VERSUS VLAKBREI

Rondbreikousen zijn gebreid van synthetische, elastische (meestal elastomeren) draden. Ze zijn in het algemeen dunner dan vlakbreikousen en naadloos. Hierdoor zijn met name veel vrouwen eerder bereid rondbrei- dan vlakbreikousen te dragen. Rondbreikousen worden (semi) op maat gemaakt door de (trek)spanning in de draden tijdens het breien te veranderen (strakker of ruimer). Rondbreikousen zijn verkrijgbaar tot en met compressieklasse III. Vlakbreikousen worden gebreid van onder meer rubberen draden in combinatie met katoen. Ze kunnen precies op maat gemaakt worden zonder de spanning van de draden tijdens het breien te veranderen. Dit gebeurt door het aantal steken in de kous te meerderen en te minderen. Doordat aan het einde van het fabricageproces de kous aan elkaar wordt genaaid blijft een naad zichtbaar. Vlakbreikousen zijn verkrijgbaar in compressieklasse II, III en IV.

HET AAN- EN UITTREKKEN VAN TEK

Het aan- en uittrekken van de kousen is voor zowel de patiënten als

ook voor de zorgverleners en/of mantelzorg vaak een groot probleem. Veel patiënten kunnen de kousen niet zelf aantrekken en zijn afhankelijk van derden. Het aantrekken gebeurt vaak niet goed of sieraden worden niet van de handen verwijderd voor het aantrekken. Dit resulteert vaak in kapotte kousen, huiddefecten of kousen die niet goed zitten. Soms zijn kousen aangemeten op een been waar nog oedeem in zat en zitten daardoor niet comfortabel. Dit leidt er veelal ertoe dat men de kousen niet meer wil dragen of dat er een lagere drukklasse wordt aangemeten als compromis. Bij de aanschaf van steunkousen zit vaak in de verpakking een bijsluiters met nuttige tips.

HET ONDERHOUD VAN TEK

Mits op de voorgeschreven wijze behandeld, ligt de gemiddelde levensduur van een paar vlakgebrede elastische kousen tussen de drie en negen maanden. Dit hangt mede af van de activiteiten (werkzaamheden) van de patiënt. Het verdient aanbeveling altijd twee paar kousen tegen elkaar te dragen, opdat wassen, drogen en repareren met de nodige zorg kan gebeuren. Huidsmeer, zalven en zweet tasten het materiaal van de kousen aan.

Wassen dient minimaal tweemaal per week in lauwarm water te gebeuren met een niet-synthetisch wasmiddel, bijvoorbeeld vloeibare groene zeep of een speciaal wasmiddel voor kousen. De rubberdraad blijft hierdoor soepel en de duurzaamheid van de kous wordt hierdoor aanzienlijk verhoogd. De kousen dienen na het wassen goed nagespoeld te worden met water om de zeepresten te verwijderen. Wringen

mag niet om (rubber)draadbreek te voorkomen. Beter is het om de kousen droog te rollen in een handdoek. Drogen kan het beste in de wind uit de zon. Warmte- en lichtstralen tasten de rubberdraden aan. Drogen op de centrale verwarming of op de kachel is dan ook uit den boze. Pas op dat de kousen nooit in aanraking komen met zalf, andere vette substanties, benzine of vlekkenwater. Rubber lost hier namelijk in op. Het is belangrijk te letten op de conditie van de kous. Als de kous is uitgerekt, geeft deze onvoldoende steun en moet dus vervangen worden. Wanneer een kous vervangen moet worden, dient het been opnieuw opgemeten te worden. Daar kousen snel slijten door bijvoorbeeld intensief gebruik, verkeerd behandelen of fout aantrekken, moeten kousen vaak vervangen worden. Dit kan financiële problemen geven, omdat de meeste zorgverzekeraars maar twee paar kousen per veertien maanden vergoeden.

Met toestemming overgenomen uit:
Verpleegkunde Nieuws 2002;24:18-19

* Jintiene Zeilstra is algemeen bestuurslid van de Woundcare Consultant Society en voorzitter van de commissie Ulcus Cruris. Zij is werkzaam als verpleegkundig consulent

decubitus- en wondzorg in het
Academisch Ziekenhuis Groningen.

LITERATUUR:

1. Balmus KJ, Boswinkel JE, Wind P vd. Cursus flebologie en therapeutisch elastische kousen. Stichting opleiding flebologie, orthopedie en bandages (SOFOB) november 1997. 's-Gravenhage, SOFOB.
2. Damstra RJ ea. Lymfoedeem in de praktijk. Diagnostiek, behandeling en een nieuwe multidisciplinaire benadering. Drachten, Stichting Lymfologie Centrum Noord-Nederland (SLCNN) 1e druk 2000. ISBN 90-805399-1-0
3. Everdingen JJE v en Sillevius Smitt JH. Dermatovenereologie voor de eerste lijn. Bohn Stafleu & Van Loghum.
4. IRv, Kenniscentrum voor Revalidatie en Handicap. Richtlijn Steun de "steunkous"; aan- en uittrekken van therapeutisch elastische kousen met hulpmiddelen; richtlijnen voor thuiszorgorganisaties. Hoensbroek, maart 2000.
5. Stichting Lymfologie; Syllabus; Vernieuwing in diagnostiek en behandeling van de oedeempatiënt. Vrije Universiteit te Amsterdam, 4 oktober 1997
6. WCS-Wondenboek 6;2001. Zeilstra J.T., Ars L., Ploeg E., Scheerhoorn A., Verbeek W., hoofdstuk Ulcus Cruris. ISBN 90-73755-06-9



Figuur 1.
De rubber draden in deze vlakbreikous zijn beschadigd door verkeerd wassen en door fout aantrekken. De kous is beschadigd en oefent niet meer voldoende druk uit.



Figuur 2.
Een ladder in een rondbreikous, ontstaan door fout aantrekken of beschadiging door ringen en/of lange nagels. Er is een poging gedaan de ladder te repareren. De kous kan echter niet meer voldoende functioneren. Foto's: Academisch Ziekenhuis Groningen

Klasse I: 15 – 24 mmHg (steunpanty's verkrijgbaar in warenhuizen)	- zwangerschap - moe gevoel bij staand beroep
Klasse II: 25 – 35 mmHg	- 's avonds oedeem - posttraumatisch oedeem - beginnend posttrombotisch syndroom
Klasse III: 36 – 46 mm HG	- CVI (chronische veneuze insufficiëntie) - huidafwijkingen aan het onderbeen - posttrombotisch syndroom - nabehandeling van ulcus cruris - varices met sterke oedeemvorming - nabehandeling bij recidiverende erysipelas - zwangerschap met sterke oedeemvorming - lymfoedeem
Klasse IV: > 47 mm Hg	- zeer ernstige CVI - zeer zwaar lymfoedeem

Tabel 1. Indeling elastische kousen