

Meer comfort met de aantrekhelp

Auteur:	C. Klaucke
Vertaald/bijgewerkt:	
Nieuwsbrief:	2001
Pagina:	22-23
Jaargang:	8
Nummer:	5
Toestemming:	
Illustraties:	
Bijzonderheden:	
Kernwoorden:	ulcus cruris aantrekhelp open been kousen
Literatuur:	1. SEO-rapport. De markt van therapeutisch elastische steunkousen. Stichting voor Economisch Onderzoek, Amsterdam, 1998.

Het gebruik van aantrekhelpen in de thuiszorg vergroot het comfort voor cliënten die therapeutisch elastische kousen dragen. Bij wijkverpleegkundigen voorkomt dit hulpmiddel rug- en armklachten.

Probeer het maar eens: over een blote voet een hele stugge, strakke pantykous aantrekken. Beeld u daarbij in dat u tachtig jaar bent, met stramme gewrichten en dikke enkels. Geen prettige bezigheid.

Voor ouderen met oedeem in de benen is het aantrekken en uittrekken van steunkousen, of beter gezegd therapeutisch elastische kousen, een dagelijks terugkerend ritueel. Vaak heeft de gebruiker van de kousen daarbij hulp nodig. In dat geval assisteert een mantelzorger, wijkverpleegkundige of wijkziekenverzorgende bij het aantrekken van de kousen, maar het werkje zelf wordt daar niet lichter door. Sinds enkele jaren zijn voor het aantrekken van kousen hulpmiddelen op de markt die het werk voor alle partijen verlichten. Toch worden deze nog maar weinig gebruikt. Voor Zorg Onderzoek Nederland (ZON) reden om het iRv, Kenniscentrum voor Revalidatie en Handicap in Hoensbroek, opdracht te geven richtlijnen te ontwikkelen die het gebruik van aantrekhelpen bevorderen. Een protocol voor het aan- en uittrekken van therapeutisch elastische kousen vormt hier een onderdeel van. In de maanden mei en juni van dit jaar krijgen alle Nederlandse thuiszorgorganisaties de richtlijnen toegestuurd. Deze werden in het afgelopen jaar samengesteld in samenwerking met drie proefregio's, in Noord-Nederland, Zuid-Holland-zuid en Limburg, met in totaal tien thuiszorgorganisaties.

Routines veranderen

Thuiszorg Oostelijk Zuid Limburg is een van die thuiszorgorganisaties. Een wijkverpleegkundige in deze regio bezoekt gemiddeld drie keer per dag een cliënt voor het aan of uittrekken van steunkousen. In totaal zijn 176 cliënten afhankelijk van zorg bij het aantrekken, 123 cliënten hebben ook bij het uittrekken hulp nodig. (In heel Nederland droegen eind 1997 150.000 mensen therapeutisch elastische kousen, vijftien procent van de kousendragers krijgt daarbij professionele zorg.1) Niet alle hulpverleners gebruikten daarbij

een aantrekhelp. Fried Steeghs is stafverpleegkundige bij Thuiszorg Oostelijk Zuid Limburg. Zij verzorgt scholingen over de hulpmiddelen en kent de voor- en nadelen. Het grootste nadeel is het geld, heeft ze gemerkt. „Sommige verpleegkundigen en ziekenverzorgenden vinden het moeilijk om de cliënt te vragen een aantrekhelp aan te schaffen, omdat die in veel gevallen nog niet vergoed worden.” Maar ook routines kunnen een struikelblok zijn. „Als je jarenlang gewend bent om tegenover de cliënt te zitten en de kous aan te duwen, is veranderen lastig. Met de aantrekhelp ga je naast de cliënt zitten en trek je de kous naar je toe, dat is wennen.”

Meer comfort

Ook cliënten kunnen dwarsliggen. Voor enkelen is het bezoek van de thuiszorg het enige contact met de buitenwereld. Het gebruik van een aantrekhelp vergemakkelijkt het aantrekken van de kousen, waardoor de cliënt het in een aantal gevallen weer zelf kan. Dit kan een reden zijn om het hulpmiddel te weigeren.

Het protocol voor het aan- en uittrekken van therapeutisch elastische steunkousen geeft nuttige tips waar thuiszorgmedewerkers op moeten letten om bij de introductie mogelijke weerstand weg te nemen. Zoals het aanbieden van de informatie in kleine porties, het demonstreren bij uzelf en het benadrukken van de voordelen van het hulpmiddel bij de cliënt. Vooral dat laatste argument is volgens Simone Arkesteijn, verpleegkundige en projectmedewerker bij het iRv van groot belang: „De zorgverlener moet vooral wijzen op het comfort voor de cliënt. Met een aantrekhelp schuif je met vlakke hand de kous over het been, waardoor je niet met knokkels en nagels de huid of de kous kan beschadigen. Bij cliënten met oedeem is die huid heel kwetsbaar.” Projectleider Caroline van Heugten van het iRv vult aan: „Als cliënten pijn hebben bij het gebruik van de kousen, is dat nadelig voor de therapietrouw. Ze doen de kousen niet meer aan, waarna de kwaal verergert. De aantrekhelp kan het ontstaan van wondjes aan het been voorkomen, waarna mensen de kousen ook niet meer aan mogen.”

Drie hulpmiddelen

Op dit moment zijn er drie hulpmiddelen op de markt voor het aantrekken van therapeutisch elastische kousen die volgens hetzelfde principe werken. Een zak van dun zeildoek wordt over de voet geschoven, waarna de steunkous over het been glijdt zonder dat daar veel kracht bij nodig is. Voor steunkousen zonder teen kan de Easyslide® (firma Arion) worden gebruikt. Deze wordt na het aantrekken van onderaf uit de kous getrokken. Aantrekhelpen die na het aantrekken van bovenaf uit de kous worden verwijderd, zoals Easy-Slide-too® en Eureka Aan® (firma Varitex), kunnen óók gebruikt worden bij kousen met een gesloten teenstuk. Voor het uittrekken is er de Eureka Uit®. Bij het uittrekken van de kous wordt het hulpmiddel over de kous geschoven, waarna de kous over het hulpmiddel wordt gevouwen. De kous kan vervolgens naar beneden worden geschoven. Ook de Easy-Slide® kan voor uittrekken worden gebruikt. Simone Arkesteijn (iRv): „Het voordeel daarvan is dat de cliënt maar een hulpmiddel hoeft te kopen, wat de drempel tot aanschaf en het gebruik kan verlagen.” Een praktische tip is het gebruik van rubber handschoenen met noppen (Varitex biedt deze aan, maar ook willekeurige huishoudhandschoenen voldoen) bij het aan- en uittrekken.

Minder ziekteverzuim

De richtlijnen die het iRv heeft ontwikkeld richten zich niet alleen op het comfort van de cliënt, ook de zorgverlener wordt er beter van. Want het aantrekken van kousen blijkt, naast tillen, een van de meest belastende handelingen in de thuiszorg. Caroline van Heugten hoopt met de richtlijnen te kunnen bijdragen aan een verlaging van het ziekteverzuim onder wijkverpleegkundigen en wijkziekenverzorgenden. „Precieze cijfers over ziekteverzuim als direct gevolg van aantrekken van steunkousen zijn er niet. Wel weten we dat veel zorgverleners last hebben van hun gewrichten als gevolg van de fysieke belasting.” Het gebruik van de aantrekhulp zorgt ervoor dat de kracht die de zorgverlener moet gebruiken sterk vermindert, waardoor de klachten aan het bewegingsapparaat verminderen. Fried Steeghs beaamt dit. „Het gaat puur om de bescherming van pols- en handgewrichten, armen, schouders en rug. Daardoor vind ik het werken met de aantrekhulp veel mensvriendelijker, voor de cliënt én voor de hulpverlener.”

Kader

Protocol ‘Aantrekhulp’ in het kort

Recent ontwikkelde richtlijnen voor het bevorderen van het gebruik van aan- en uittrekhulpen zijn bedoeld om cliënten met steunkousen goede zorg te verlenen en ziekteverzuim onder zorgverleners te verminderen. De richtlijnen bevatten onder meer een protocol met de volgende onderdelen:

1. Indicaties en contra-indicaties voor gebruik van een aan- of uittrekhulpmiddel (zoals beperkingen in het bewegingsapparaat, slechte handfunctie)
2. Introductie van hulpmiddelen bij de cliënt (benadruk voordelen voor de cliënt, doe het eerst bij een huisgenoot of uzelf voor)
3. Materiaalbeschrijving (Easyslide®, Eureka Aan®, Easy-Slide-too®, Eureka uit®)
4. Instructies (draag huishoudhandschoenen, ga naast de cliënt zitten, voorkom romprotatie en vooroverbuigen, gebruik geen talkpoeder)
5. Verkrijgbaarheid van het hulpmiddel (thuiszorgwinkel)
6. Vergoedingsmogelijkheden (wie vergoed wat?)
7. Informatieverstrekking (adressen van leveranciers)

Christie Klaucke

Meer informatie

IRv, Kenniscentrum voor Revalidatie en Handicap
telefoon (0031) (0)45 5237537, www.irv.nl