

## Information om vårdstrumpor

En central del av den konservativa behandlingen av ödem och venösa bensår i nedre extremiteterna är att reducera svullnaden med hjälp av vårdstrumpor. Vårdstrumpor används även efter ytliga venösa ingrepp.

- Kompressionsklass 1: Med stödstrumpor eller lätta kompressionsstrumpor (flygplansstrumpor) avses strumpor som används för att förebygga och minska svullnad och trötthet i nedre extremiteterna samt behandla milda venösa besvär.
- Kompressionsklass 2-4: Behandlingsstrumpor (medicinska eller kompressionsstrumpor) är individuellt anpassade strumpor som är valda enligt mått och har en terapeutisk kompression som förstärker vadmuskelpumpen. Målet med att använda behandlingsstrumpor är att förbättra venös blodflöde i nedre extremiteterna, förebygga svullnad genom att minska tryckskillnaden mellan venerna och det omgivande vävnaden samt minska befintlig svullnad och främja lymfdränning.

Strumporna finns i olika längder: knästrumpor, halvlårhoga strumpor, lårhöga (stay-ups) eller strumpbyxor och i olika modeller: slutna och öppna. Kompressionsklass 1-strumpor finns även i bomull.

Det finns flera specialbutiker som säljer strumpor inom Varha-området. Det finns också många webbutiker. Butikerna säljer även olika hjälpmedel för att sätta på strumporna.

Kunnig personal tar de nödvändiga måtten av nedre extremiteterna och väljer lämpliga strumpor baserat på dessa mått. Mätningarna görs helst på morgonen när svullnaden är så liten som möjligt. Mätningar utförs även av fotterapeuter, fysioterapeuter och lymfterapeuter.