

Omlindning av svullen övre extremitet

Kompressions- eller förbandsbehandling är en av de viktigaste metoderna vid behandlingen av lymfatisk och venbetingad svullnad.

Syftet med kompressionsförbandet är att hjälpa kroppens naturliga lymfcirkulation genom att minska venernas och lymfkörtlarnas diameter, i och med vilket deras cirkulation förbättras. Kompressionsförbandet hjälper till att effektivisera muskelpumpfunktionen. Med hjälp av kompressionsförbandet kan även fibrotisk vävnad mjukas upp.

Linda om den övre extremiteten på morgonen innan du stiger upp och låt förbandet sitta kvar till kvällen. I allmänhet används förbandet inte om nätterna.

Ett gott förband stöder och är stadigt, men klämmer inte för mycket eller orsakar smärta. Det tryck som förbandet orsakar ska rikta sig kraftigast mot handledsområdet och bli lättare högre upp.

Använd övre extremiteten normalt när du rör dig och i vardagssysslor samt då du utför de rörelseövningar som planerats för dig.

Vid behov får du detaljerade anvisningar av en yrkesutbildad inom hälsovården.





En frotté- eller understrumpa dras över hela extremiteten längs omlindningsområdet. Om frotté används, används varken en strumpa eller en separat vaddering.



Omlindningen börjar vid handleden. Rulla förbandet under hela omlindningen längsmed ytan, varken dra åt eller spänn till.



Fortsätt fram till handflatan. Fortsätt rulla förbandet tills det täcker hälften av föregående skikt.



Vid armbågsvecket kan du, om du vill, binda förbandet i kors så att det blir lättare att röra på leden.



Gör omlindningen ända upp till armhålan.
