

3M™ Coban™ 2 Lite Compressiesysteem voor hand en arm

Materialen & Positie

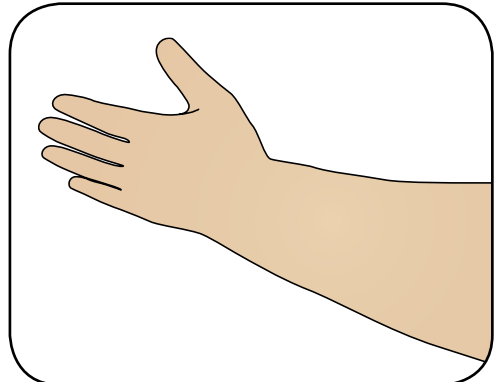
- Gebruik het 3M™ Coban™ 2 Lite Compressiesysteem 10cm. **LET OP: Zorg er altijd voor dat tijdens het aanbrengen van de zwachtels, de spieren van de ledematen ontspannen zijn voor een optimaal comfort tijdens het dragen van de zwachtels**
- Voor extreem dikke armen kan zo nodig gebruik gemaakt worden van de Coban 2 15cm.
- Breng de Coban 2 Lite comfortzwachtel eerst aan rond hand en pols alvorens de vingers gezwachteld worden. Zodra de vingers gezwachteld zijn kan de rest van de arm ingezwachteld worden met de Coban 2 Lite comfortzwachtel. Dit voorkomt kreukelvorming ter hoogte van de arm en de elleboog.



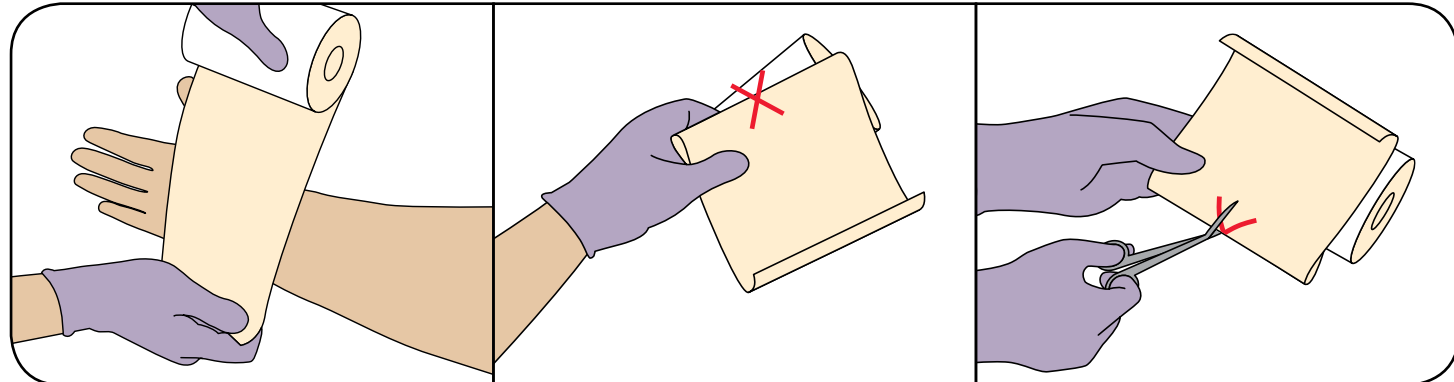
Instructie aanbrengen comfortzwachtel om hand en arm

Laag 1: de comfortzwachtel

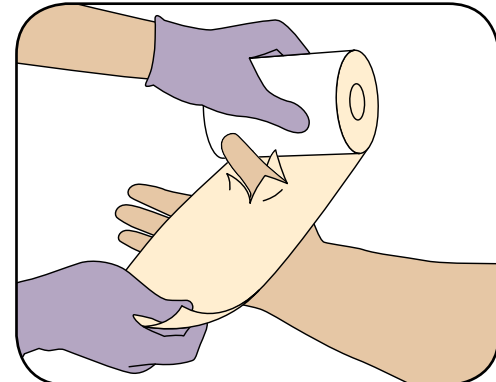
- Breng deze zwachtel aan met de foamzijde op de huid met minimale overlap. Breng met net voldoende spanning aan om te conformeren aan de contouren van de arm.
- Bedek de arm met een zo'n dun mogelijke laag zonder ruimte tussen de lagen.



Stap 1: Plaats de hand en de arm in een neutrale positie met de duim wijzend richting de neus

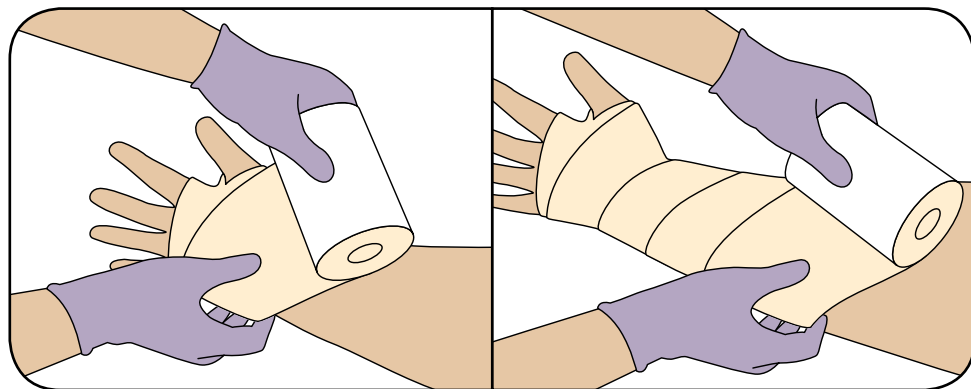


Stap 2: Meet de breedte van de hand van lateraal naar duim. Vouw de zwachtel dubbel en knip een ster in het midden van de zwachtel

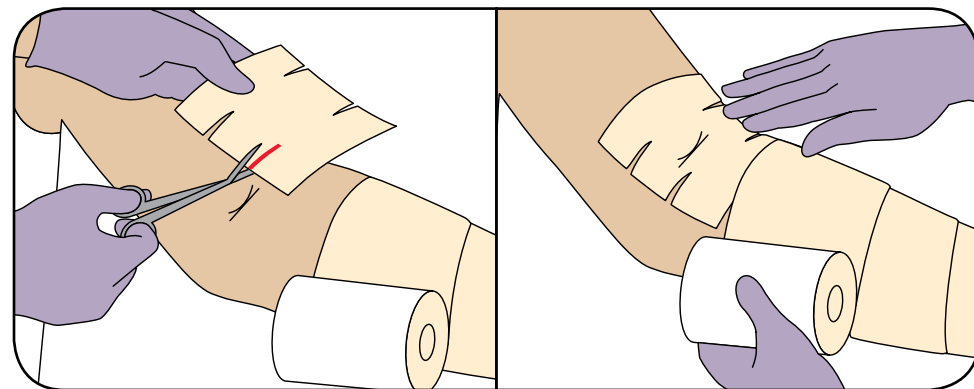


Stap 3: Steek de duim door de ster, met de foamzijde op de huid en zwachtel vanaf de pink richting de duim.

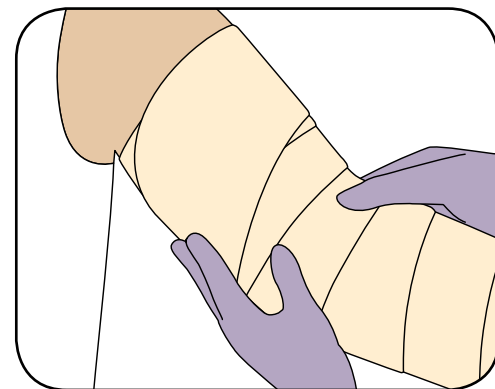
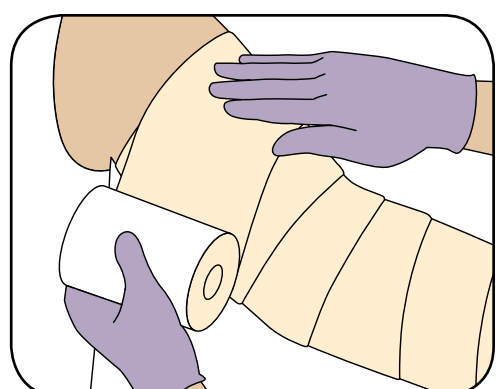
- Stap 4:** Zwachtel over de palm van de hand, zodanig dat de bovenzijde van de hand al bedekt is met de comfortzwachtel van pink naar duim. Zwachtel terug over de rug van de hand richting de duim over de pols en de onderarm. Met een minimale overlap verder zwachtelen over de arm, de anatomie van de arm volgende.



- Stap 5:** Leg een stukje comfort-zwachtel (met inkepingen aan de zijkant) in de elleboogplooi voor extra comfort. Zorg ervoor dat de arm licht gebogen is. Zwachtel door de elleboogplooi verder omhoog, waarbij het midden van de zwachtel te elleboog bedekt.



- Stap 6:** Zwachtel met minimale overlap verder naar boven en eindig met twee toeren aan de bovenkant van de arm

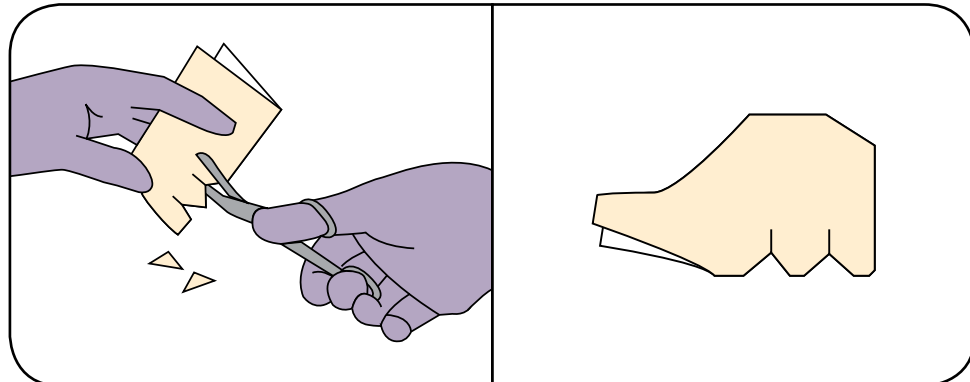


Stap 7: Druk over de gehele arm de lagen voorzichtig tegen elkaar

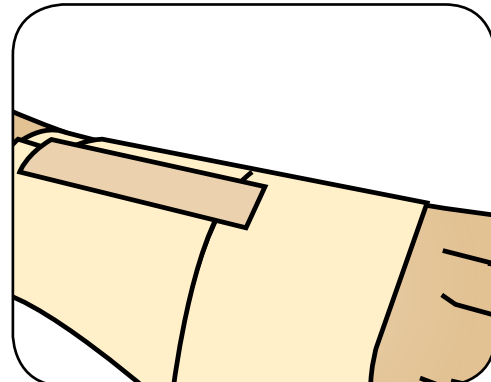
Instructie aanbrengen compressiezwachtel om de vingers

Vingers zwachtelen

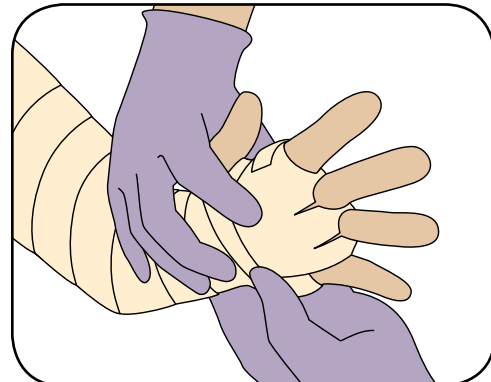
- Gebruik hiervoor de Coban 2 Lite compressiezwachtel 2.5cm.
- **Voor extra comfort tussen de vingers kan een 'webspacer' geknipt worden (Zie stap A, B, C en D).** Als dit niet nodig is ga verder met stap E.



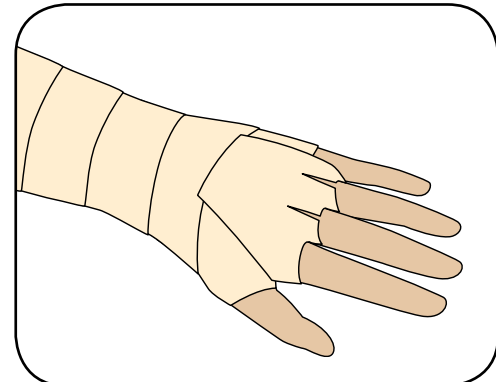
Stap A: Het maken van een webspacer. Vouw een stukje comfortzwachtel van 10x25cm dubbel. Knip twee driehoekjes uit om een opening voor de vingers te maken. Knip het uiteinde rond weg voor de duim en om de contouren van de hand te volgen.



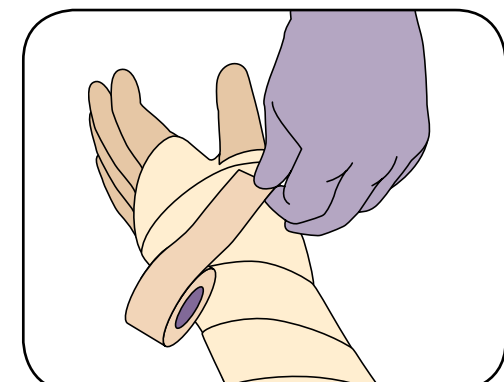
Stap B: Plaats de webspacer met de 3e en 4e vinger door de openingen.



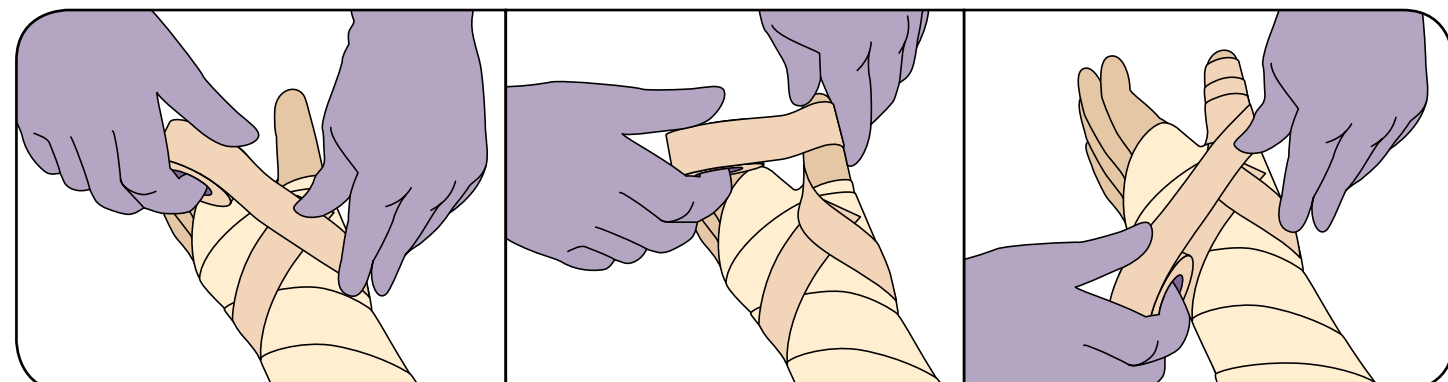
Stap C: Vouw de uiteinden rond de duim en druk deze aan.



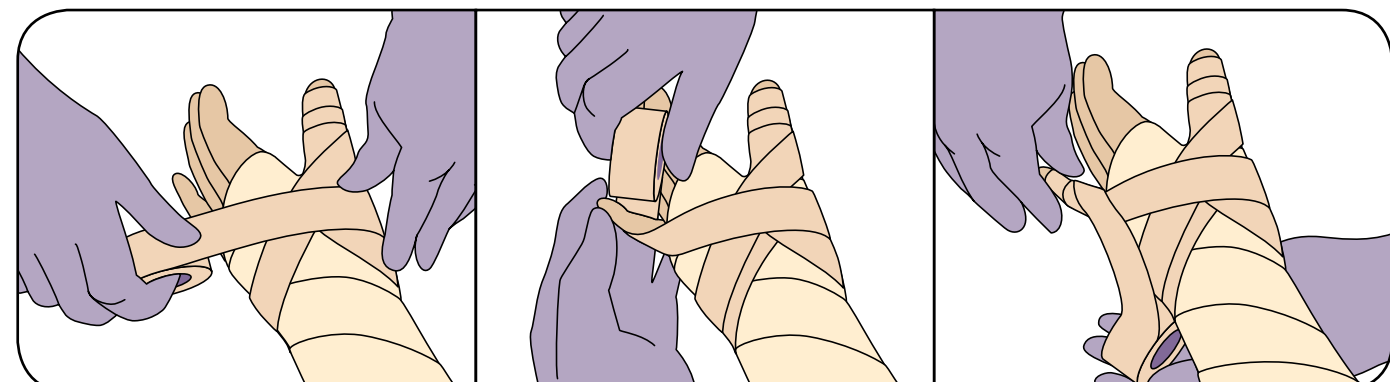
Stap D: Wrijf de lagen van de lagen tegen elkaar aan.



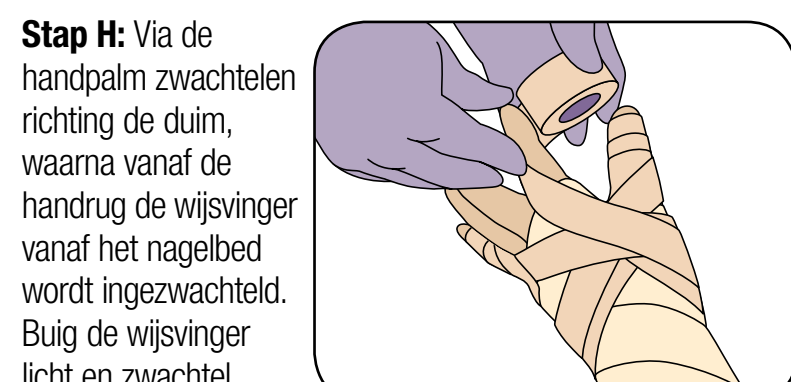
Stap E: Start met een anker vanaf de basis van de duim, net boven de pols rond de hand, zonder spanning.



Stap F: Zwachtel rond duim, vanaf het nagelbed zonder spanning van distaal naar proximaal met 50% overlap. Wrijf de lagen samen. De duim is licht gebogen.

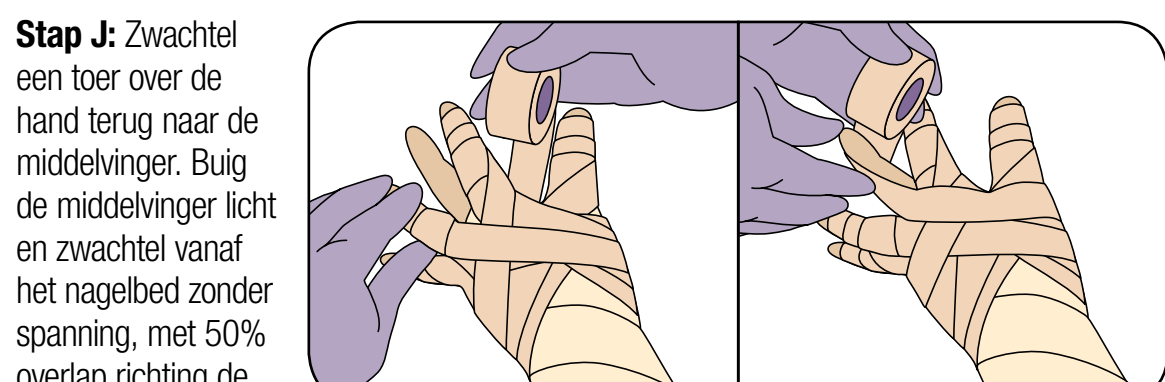
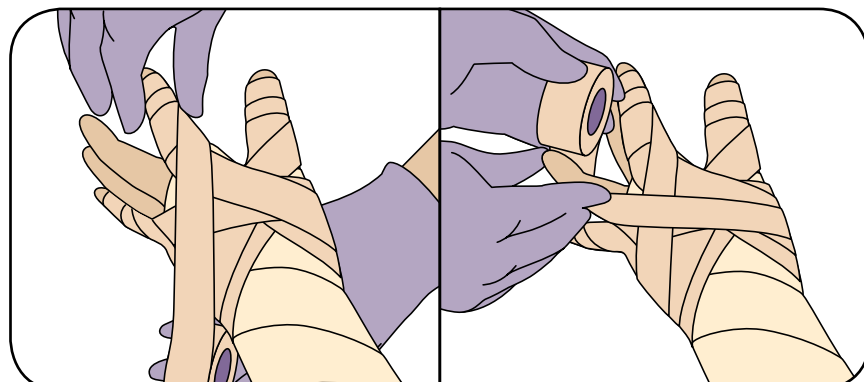


Stap G: Zwachtel vervolgens over de rug van de hand, zonder spanning, richting de pink. Buig de pink licht en zwachtel vanaf het nagelbed richting de hand met 50% overlap. Wrijf de lagen samen.

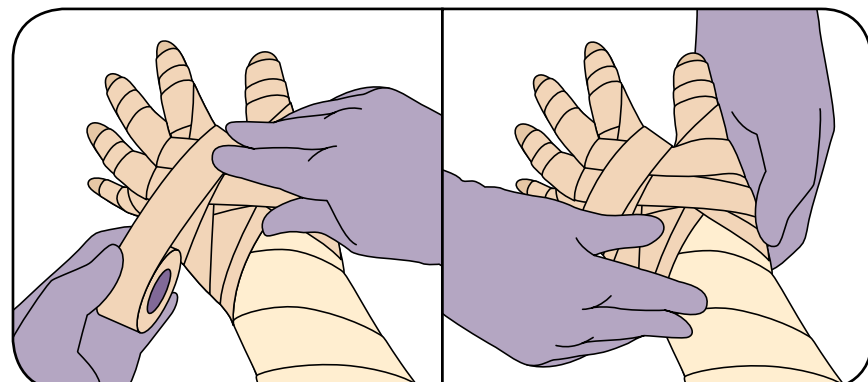


Stap H: Via de handpalm zwachtelen richting de duim, waarna vanaf de handrug de wijsvinger vanaf het nagelbed wordt ingezwachteld. Buig de wijsvinger licht en zwachtel zonder spanning met 50% overlap richting de hand.

Stap I: Zwachtel een toer om de hand en breng de zwachtel over de rug van de hand richting de ringvinger. Buig de ringvinger licht en zwachtel zonder spanning met 50% overlap van distaal naar proximaal. Wrijf de lagen samen.



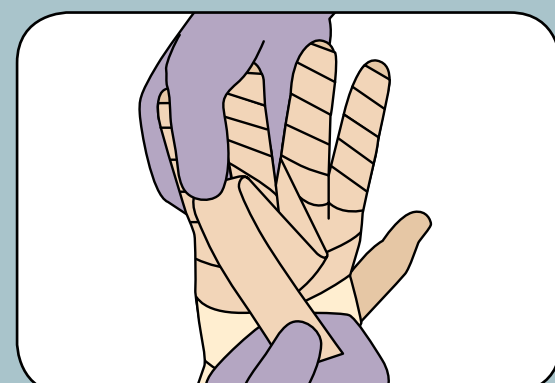
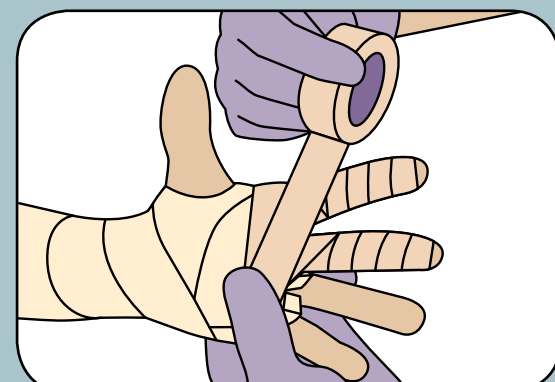
Stap J: Zwachtel een toer over de hand terug naar de middelvinger. Buig de middelvinger licht en zwachtel vanaf het nagelbed zonder spanning, met 50% overlap richting de hand. Wrijf de lagen samen.



Stap K: Sluit af met een circulaire toer om de hand, wrijf de compressiezwachtel samen om de compressiezwachtel te laten hechten op de comfortzwachtel rond de hand. Knip overtollig materiaal af.

Oedeem tussen de vingers

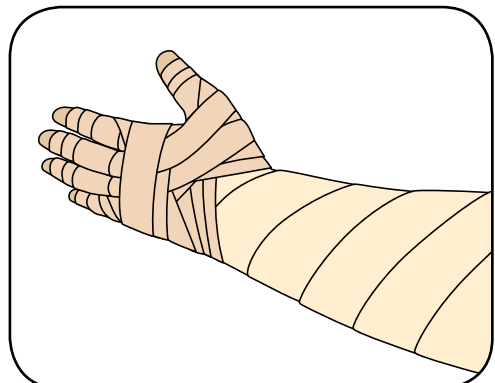
Indien er sprake is van oedeem tussen de vingers is het mogelijk om de compressiezwachtel tussen de vingers aan te brengen zonder spanning. Nadat de ruimte tussen de vingers is bedekt wordt afgesloten met een circulaire toer rond de hand. Wrijf de lagen samen.



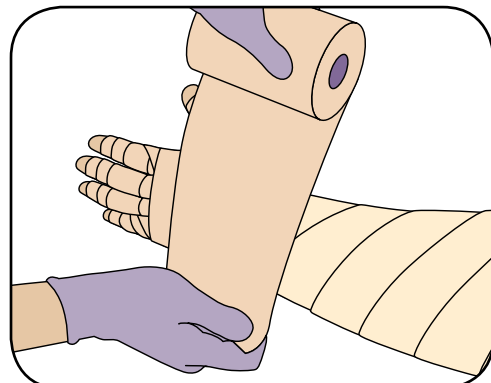
Instructie aanbrengen compressiezwachtel om hand en arm

Laag 2: de compressiezwachtel

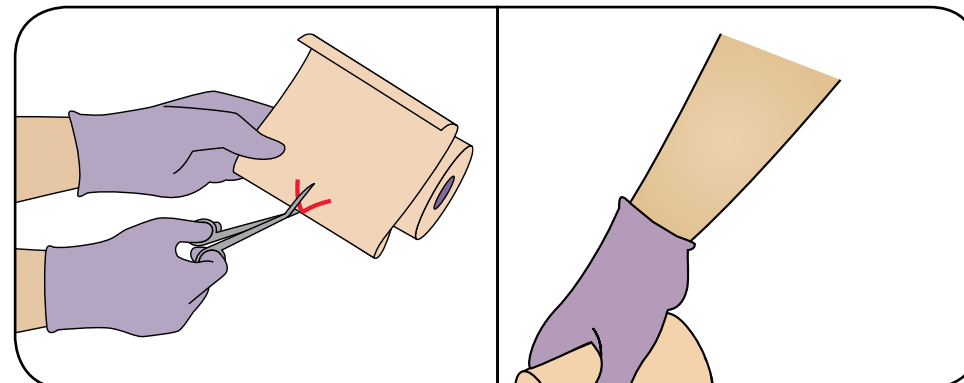
- Breng de compressiezwachtel met gelijkmatige druk en 50% overlap aan. Gelijkmatige druk wordt bereikt door de zwachtel met volledige spanning aan te brengen.
- Houdt de rol zo kort mogelijk bij de arm voor gelijkmatige druk.
- Een extra laag van de compressiezwachtel kan aangebracht worden indien er na de applicatie sprake is van ongelijkmatige druk.



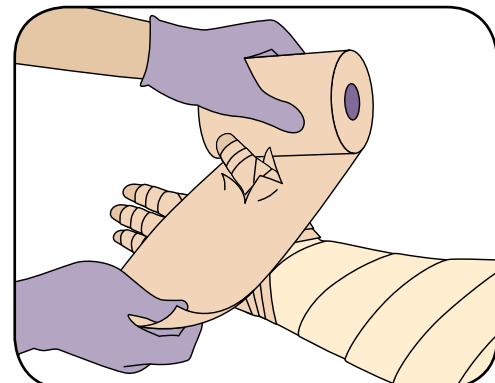
Stap 8: Plaats de hand en de arm in een neutrale positie met de duim wijzend richting de neus.



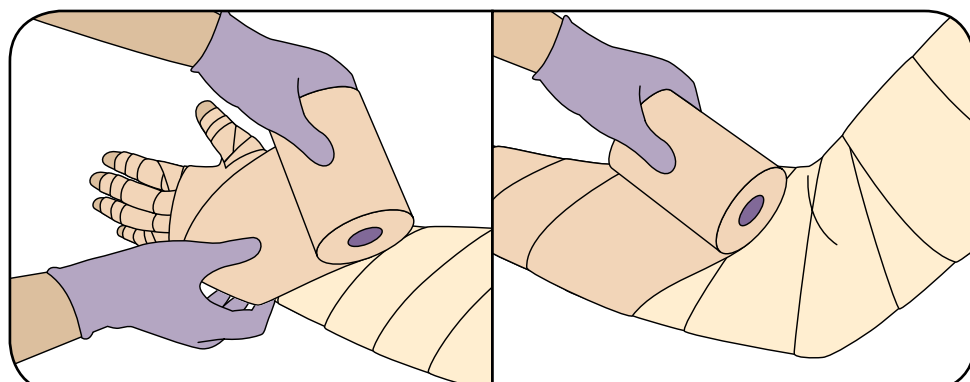
Stap 9: Meet de breedte van de hand van lateraal naar duim.



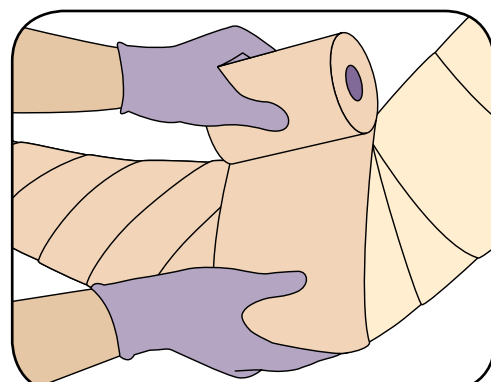
Stap 10: Vouw de zwachtel dubbel en knip een ster in het midden van de zwachtel.



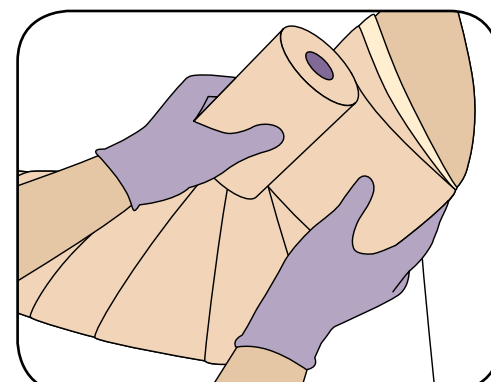
Stap 11: Steek de duim door de ster en zwachtel vanaf de pink richting de duim over de rug van de hand onder volledige spanning.



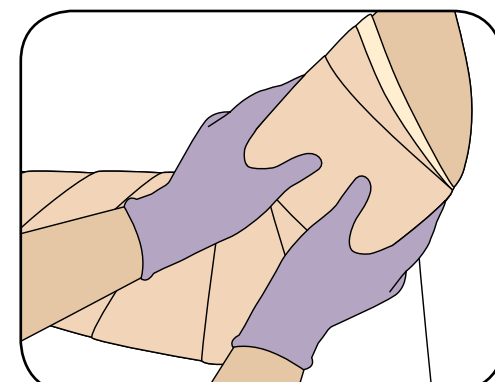
Stap 12: Zwachtel verder over de palm van de hand terug richting de duim en zwachtel verder over de arm onder volledige spanning met 50% overlap.



Stap 13: Buig de arm licht en zwachtel met het midden van de zwachtel over de elleboog door naar boven onder volledige spanning met 50% overlap.



Stap 14: Zwachtel onder volledige spanning, met 50% overlap door naar boven.



Stap 15: Druk de lagen samen over de gehele applicatie.

Verwijderen zwachtel

Door de tip van de schaar van crème te voorzien wordt het afknippen eenvoudiger.

