

# Gebruiksaanwijzing elastische kousen

## Eerste levering

Het kan zijn dat u één stuk of één paar heeft meegekregen om te proberen en later het tweede paar/stuk mag bestellen.

Mocht dit bij u het geval zijn dan willen we u vragen zelf telefonisch contact met ons op te nemen. Bent u tevreden over uw kousen, dan kunt u het tweede paar of stuk telefonisch bij ons bestellen. Heeft u het gevoel dat de kousen niet voldoen, dan kunnen we een controleafspraak met u inplannen. Hier zijn geen kosten aan verbonden.

## Gebruik beenkousen

Het is belangrijk uw kousen zorgvuldig aan te trekken. Hieronder kunt u lezen hoe u dit het beste kunt doen. Wees voorzichtig met scherpe nagels en ringen.

- Rek het voetgedeelte met twee handen goed uit.
- Keer de kous vanaf de voet binnenstebuiten tot aan de hiel. Het beengedeelte van de kous is nu omgekeerd en het voetgedeelte niet.
- Trek de kous voorzichtig over uw voet tot aan de wreef.
- Pak de kous stevig vast aan de bovenrand, maar niet bij het boord. Trek deze over uw hiel en daarna omhoog totdat het moeilijk wordt.
- Sla de bovenrand van de kous zo dicht mogelijk bij de enkel om.
- Trek de kous zo hoog mogelijk op aan het dubbelgeslagen stuk.
- Herhaal dit net zo vaak tot het enkelgedeelte over uw hiel zit.
- Sla het omgeslagen deel van de kous terug en verdeel de kous over uw been.
- Trek als laatste het voetgedeelte met twee handen goed uit.

## Gebruik armkousen

Het is belangrijk uw kousen zorgvuldig aan te trekken. Hieronder kunt u lezen hoe u dit het beste kunt doen. Wees voorzichtig met scherpe nagels en ringen.

- Keer de kous binnenstebuiten tot ongeveer de helft van de onderarm.
- Probeer de kous zover mogelijk over uw hand te trekken. Doe dit in etappes wanneer u hier moeite mee heeft. Dit doet u door de kous iets om te slaan en weer op te trekken. Herhaal dit totdat het ellebooggedeelte op zijn plaats zit.
- Trek de kous tot aan uw oksel omhoog.
- De armkous zit goed wanneer deze gelijkmatig over uw arm verdeeld is en er nergens meer plooiën aanwezig zijn.

## Onderhoud

Door het dragen van kousen wordt de huid van uw armen of benen droog. In de weefsels van de kousen blijven hierdoor huidschilfers zitten met als gevolg dat kousen afzakken. Dit kan pijnlijke striemen veroorzaken en de druk van de kousen vermindert.

We adviseren daarom uw kousen dagelijks te wassen in de wasmachine op 30 of 40 graden. Het liefst met zacht vloeibaar wasmiddel. Gebruik geen krachtige wasmiddelen, wasverzachters en bleekmiddelen. Hierdoor raken de kousen beschadigd.

Rol de kousen na het wassen stevig in een handdoek, druk deze krachtig uit en laat ze hangend of liggend drogen. Stel de kousen niet bloot aan extreme hitte zoals een kachel, verwarming, droger of zon.

## Aantrek hulpmiddel

Wanneer u problemen ondervindt bij het aan- en uittrekken van uw kousen, kan een armverlengend aantrek hulpmiddel uitkomst bieden. Hiervoor kunt u terecht bij een ergotherapeut. Hij of zij laat u verschillende mogelijkheden zien en kijkt welk aantrek hulpmiddel het meest geschikt is in uw situatie.

Indien gewenst kunnen wij u in contact brengen met een ergotherapeut bij u in de buurt.

## Garantie

Voor alle hulpmiddelen die wij leveren gelden garantievoorzwaarden die afgesproken zijn met zorgverzekeraars. Deze voorwaarden zijn op verzoek bij onze vestigingen ter inzage beschikbaar.