



Delegering linda ben-låg elastisk linda Kompressionsbehandling

Dokumentägare: Jasmina Ikanovic
Gäller för: Individ- och familjeomsorgsförvaltningen, Sociala omsorgsförvaltningen, Vård- och äldreomsorgsförvaltningen/
Version: 4
Senast reviderad: 2024-12-27
Revidering av dokumentet sker kontinuerligt.



Kompressionsbehandling

Kompressionsbehandling är en medicinsk behandling som ordineras av läkare och hjälper till att förbättra blodcirkulationen samt minska svullnad i framförallt ben men även andra delar av kroppen. Den används som behandling av venös insufficiens, lymfödem och sårsläkning. Syftet med kompressionsbehandling är att förbättra blodflödet i vener, minska svullnad, smärta och obehag samt stimulera sårsläkning vid venösa sår.

De vanligaste typer av kompressionsbehandling är:

- Stödstrumpor- klass 1, kräver ingen delegering
- Stödstrumpa klass 2 eller högre, kräver delegering, ges av sjuksköterska i verksamheten
- Pumpstövel- kräver delegering, ges av sjuksköterska i verksamheten
- Lindning av ben med höglastiska lindor, patientbunden delegering
- Lindning av ben med låglastiska lindor, generell delegering och det som detta kompendium kommer att handla om.

Lindning av ben med låglastisk linda

Material som behövs:

1. **Tubgas:** Skyddar huden och håller polstringsvadden på plats.
2. **Polstringsvadd:** Jämnar ut trycket och skyddar känsliga områden.
3. **Elastiska lindor:** Låglastiska lindor, en smal (8cm) och en bred (10 cm)
4. **Tejp:** För att fästa lindningen.

Förberedelser innan lindning

- Läs vårdplan
- Kontrollera huden: Titta efter sår, rodnad eller andra förändringar. Vid avvikande utseende kontakta sjuksköterska
- Plocka fram material som behövs

Steg för steg: Hur du lindar ett ben

1. **Skydda huden**
 - Trä tubgas över foten och benet
 - Linda polstringsvadden från tårna upp till knät, lägg extra polstring runt fotknölar, skenben och andra känsliga områden
2. **Börja lindningen**
 - Håll foten i 90 graders vinkel.
 - Börja vid tårna och linda med smal linda uppåt mot knät.
 - Linda med ett jämnt tryck



- Överlappa varje varv med ungefär 50% sträckning
- Linda med cirkulära eller ”åttatalsturer”

3. Avsluta lindningen

- Avsluta 2 cm nedanför knävecket.
- Fäst lindan med tejp
- Kontrollera att lindan sitter stadigt men inte orsakar smärta
- Om patienten upplever smärta, ta bort linda och kontakta sjuksköterska.

När ska lindorna tas på och av?

- Lindorna tas på vanligtvis innan patienten stiger upp ur sängen.
- Tas av när patienten lägger sig för natten.
- Om lindan ska sitta på dygnet runt, behöver benet lindas om.
- Om lindan känns obekväm eller glider ner behöver det lindas om.

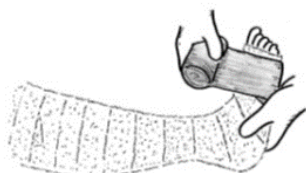
Att tänka på vid lindning

- **Skydda huden:** Polstra känsliga områden för att undvika skavsår och blåsor.
- Använd smal linda för foten och bredare för benet
- **Följ vårdplanen:** dokumentera och signera utförd lindning.

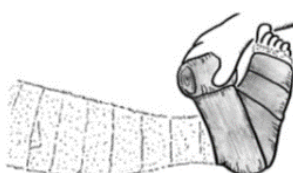


Lindningsteknik vid lågelastisk kompression

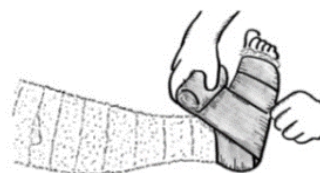
Binda nr. 1, 8 cm



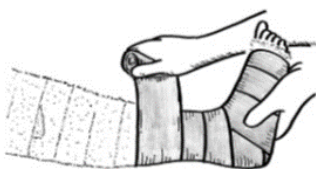
Foten i rät vinkel, 90°.
Börja utifrån lilltån, linda in mot stortån.
Linda med 50% överlappning.
Se till att bindan lindas med ordentlig sträckning redan första varvet.



Linda 2-3 varv över foten beroende på fotstorlek.
Linda nästa varv bakom hälen.
Fortsätt ner under hålfoten för att låsa bindan.



Fortsätt upp mot ankeln.



Linda några cirkelturer med 50% överlappning.

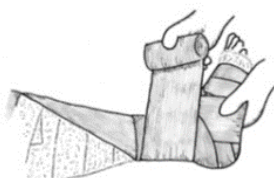


Dra ett långt varv upp mot insidan av knät.
Detta för att binda fast vadmuskeln.

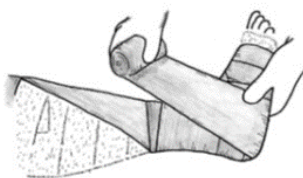


Fäst bindan med ett varv under knät.
Är bindan för lång klipps den av.
OBS! Linda ej flera varv under knät.

Binda nr. 2, 10 cm (korta åttaturer)



Börja med ett varv runt ankeln.
Gå på nytt ner under hålfoten.



Linda med åttaturer, 50% överlappning.



Sträck vid uppåtgående turer, släpp efter vid nedåtgående turer.
Fortsätt hela benet upp.

Binda nr. 2, 10 cm (långa åttaturer)



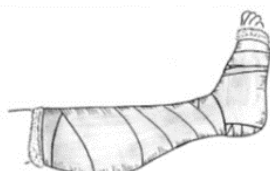
Rekomenderas vid kraftiga vader.
Sträck vid uppåtgående turer.



Släpp efter vid nedåtgående turer.
Vadmuskeln binds då in från båda håll.



Fortsätt dessa turer hela benet.



Fördel med denna lindning är att den sitter uppe utan att glida ner.

