

### Geleidende zak

- › Bij open en gesloten teen
- › Vraagt enige vaardigheid



### Roller

- › Bij open en gesloten teen
- › Vraagt enige vaardigheid



### Onderhoudstips

De gemiddelde levensduur van compressiekousen is ongeveer zes maanden. Onderhoud je compressiekousen goed voor een langere levensduur en optimale werking.

- › Was de kousen dagelijks op maximaal 40 °C.
- › Was de kousen met de hand of met een wasnetje in de wasmachine.
- › Gebruik een mild wasmiddel en geen wasverzachter.
- › Spoel de kousen goed uit.
- › Laat de kousen liggend drogen op een wasrek. Vermijd ophangen of drogen in de zon of op de verwarming.



## Info & vragen?

Bel ons 7 dagen op 7, 24 uur op 24, voor meer informatie of voor een zorgaanvraag op het nummer **014 24 24 24**.  
Je kan ook bijkomende informatie aanvragen via [info@wgkantwerpen.be](mailto:info@wgkantwerpen.be).

Wit-Gele Kruis van Antwerpen vzw  
Nonnenstraat 12 bus 1, 2200 Herentals

[www.witgelekruis.be](http://www.witgelekruis.be)

Volg ons op:



Deze folder is een uitgave van Wit-Gele Kruis van Antwerpen vzw  
Nonnenstraat 12 bus 1, 2200 Herentals • 0407.672.687 •  
RPR Ondernemingsrechtbank van Antwerpen, afdeling Turnhout  
[www.witgelekruis.be/antwerpen](http://www.witgelekruis.be/antwerpen) • [info@wgkantwerpen.be](mailto:info@wgkantwerpen.be)

Laatste druk: augustus 2025

# Compressie- kousen





## Compressiekousen

Compressiekousen zijn speciaal ontworpen kousen die je arts voorschrijft. De bedoeling is om aandoeningen aan de benen of voeten te voorkomen of behandelen.

Compressiekousen bevorderen de bloedcirculatie en voorkomen vochtophoping. Ze oefenen een gecontroleerde druk uit op je benen. Daardoor kan het bloed efficiënt terug naar je hart stromen. Als de kleppen in de aders of de spieren in de kuiten niet goed functioneren, kan dat leiden tot zwellingen en zelfs wonden. Heb je (beginnende) symptomen? Raadpleeg dan je arts om een behandelplan op te stellen.



## Soorten compressiekousen

Compressiekousen zijn er in verschillende soorten, kleuren, drukklassen en lengtes. Schakel professionele hulp in om de juiste keuze te maken. De kousen moeten goed passen. Er mag geen zwelling zijn op het moment van meten. Soms heb je vooraf compressietherapie met windels nodig om de zwelling te verminderen. Enkel een erkende bandagist mag de kousen opmeten.

## Terugbetaling

Je ziekenfonds vergoedt compressiekousen enkel

als ze worden opgemeten door een erkende bandagist. De terugbetaling is vaak beperkt en geldt enkel onder bepaalde voorwaarden. Vraag altijd aan de bandagist welke kousen voor terugbetaling in aanmerking komen.

## Aan- en uittrekken

Je trekt de compressiekousen best 's morgens meteen na het ontwaken aan en 's avonds voor het slapen uit. Compressiekousen aan- en uittrekken kan soms lastig zijn. Het vraagt veel spier- en trekkracht. De juiste techniek en hulpmiddelen kunnen het aangenamer maken voor jezelf én je thuisverpleegkundige. Je comfort verhoogt en onze collega's worden minder fysiek belast.

## Overzicht hulpmiddelen

Onderstaande middelen kunnen een hulp zijn bij het aan- of uittrekken van je compressiekousen. Vraag raad aan je thuisverpleegkundige of de bandagist.

### Zijden tip

- ▶ Enkel bij open teen
- ▶ Eenvoudig te gebruiken



### Speciale handschoenen

- ▶ Bij open en gesloten teen
- ▶ Eenvoudig te gebruiken



### Kousenaantrekker of -uittrekker

- ▶ Bij open en gesloten teen
- ▶ Vraagt enige vaardigheid

