

ANTI-DRUKTECHNIEK

Wat is anti-druktechniek?

Bepaalde pijnpunten (of een wond) aan de voet worden (preventief) tijdelijk drukvrij gelegd of ontlast met behulp van vilt en andere ontlastende materialen zoals web, foam, tube, siliconen etc.

Het materiaal kan enkele dagen tot maximaal 2 weken blijven zitten.

Anti-druktechniek is een tijdelijke oplossing: het kan gebruikt worden als voorbereiding op een orthese of ter overbrugging naar een steunzool.



Anti-druktechniek

- Beschermst tegen druk en wrijving;
- Geeft drukontlasting en drukverdeling (niet op één punt) van pijnlijke plekken of een wond op of onder de voeten en/of tenen;
- Kan preventief worden ingezet ter voorkoming van (pijn)klachten zoals bij:
- Eeltvorming;
- Likdoorns;
- Hamertenen, klauwtenen en ruitertenen;
- Ingegroeide nagels;
- Hallux valgus;
- Wond of ulcus (geen wondbehandeling);
- Ragaden (Kloven);
- Hielspoor;
- Haglundse exostose;
- Mortonse Neuralgie.

Bij contra indicatie alleen met verwijzing van een arts of podotherapeut.



Tips

- Gebruikt u corticosteroïden? houd dan rekening met een dunnere huid. U heeft een zwakke reactie op ontstekingen en een trage wondgenezing.
- Heeft u een huidaandoening of huidziekten? Vraag eerst toestemming voor het gebruiken van een anti-druktechniek van uw huisarts.

Schoenadvies

- Draag ruimere schoenen: er moet in de lengte, breedte en hoogte voldoende bewegingsruimte rondom de tenen zijn;
- De hak van de schoen mag maximaal 2 a 3 cm hoog zijn;
- Koop uw schoenen altijd 's middags, zodat u schoenen koopt die u goed passen;
- Laat uw voeten elk jaar opmeten, naarmate u ouder wordt veranderen uw voeten;
- Koop eventueel schoenen met veter- of klittenbandsluiting.

Pedicure Ellen

06-44594063 | contact@PedicureEllen.nl | Veluwestraat 2, 6813 ED, Arnhem

IBAN NL 51 SNSB 0705656489 | KVK 71047867 | BTW NL001875396B91

Nazorg

Het is belangrijk de locatie waar de materialen zijn geplaatst dagelijks te controleren op drukplekjes, irritaties, blaarvorming of rode plekken.

Neem meteen contact op als de huid rondom het materiaal rood wordt, zwelling vertoont, jeukt of pijn doet.

Heeft u minder of geen gevoel in de voeten, laat uw huid dan regelmatig door een ander controleren op roodheid en zwelling.

Het is belangrijk de materialen droog en schoon te houden.



Controle

Afhankelijk van de klachten en de gebruikte materialen, wordt een afspraak gemaakt voor:

- 1e controle na 2 tot 7 dagen;
- 2e controle na maximaal 2 weken;
- 2^e controle na 2 dagen bij een risicovoet;
- Indien nodig wordt de anti-druktechniek herhaald.

ANTI-DRUKTECHNIEK

Pedicure Ellen

THUIS PEDICURE

