

Værd at vide om

# KOMPRESSIONSTRØMPER OG -ÆRMER



Produkter, måltagning og rettigheder



**Kompressionsstrømper og -ærmer yder tryk mod lymfødemet udefra. Lymfevæsken presses på den måde væk fra de hævede områder og tilbage til blodkredsløbet**



### **Strikkvaliteter**

Kompressionsprodukterne kan være enten rundstrikkede eller fladstrikkede. Rundstrikkede kompressionsstrømper og -ærmer bliver strikket som en tubeform med et fast antal masker. Formen kan kun ændres ved at ændre på maskernes tæthed, og rundstrikkede hjælpemidler er kun velegnede til mindre lymfødemer.



*Specialtilpassede kompressionshjælpemidler er afgørende for et velbehandlet lymfødeme.*

Fladstrikkede kompressionsstrømper og -ærmer strikkes som et fladt stykke, der først senere bliver syet sammen til en strømpe. Antallet af masker varierer. Det betyder, at man kan tilpasse formen til den enkelte lymfødemiker. De fladstrikkede fremstilles på en måde, der gør dem kraftigere og grovere i kvaliteten. For nogle patienter med benlymfødeme kan det være en fordel at bruge to lag kompressionsstrømper. Ved særligt udtalt ødem kan det være nødvendigt at sove med et kompressionshjælpemiddel.



### **Kompressionsklasser**

Kompressionsstrømper og -ærmer er inddelt i kompressionsklasserne 1-4 efter deres effekt på kredsløbet, hvor klasse 4 giver den største grad af kompression. Sværhedsgraden af lymfødeme afgør hvilken kompressionsklasse, man skal bruge. Det bør altid være baseret på en sundhedsfaglig vurdering. Som regel bruges klasse 1 eller 2 på armene og klasse 2, 3 eller 4 på benene. Kompressionsprodukterne er fremstillet, så trykket er størst nederst på armen eller benet. Der er en tysk standard (RAL) for kompressionsklasserne. De forskellige klas-

ser angives med tal (mm kviksølv) for, hvor stort et tryk det nederste af armen eller benet udsættes for.

### **Materialer**

Kompressionsprodukterne er som regel fremstillet i polyamid og elasthan. Det er det mest allergivenlige og smudsafvisende.

### **Typer af kompressionshjælpemidler**

Der findes flere producenter af kompressionshjælpemidler, som hver især har flere produkter at vælge imellem. Udover graden af kompression har strømperne og ærmerne også forskellig grad af elasticitet. Hvilken grad af elasticitet, der er bedst, er individuelt og tilpasses lymfødemikerens aktivitetsniveau, vægt, højde og helbred.

Kompressionshjælpemidler til benene findes som knæstrømper med og uden tæer, strømper til lysken, buksestrømper og som tåkapper.

Til lymfødemikere med armlymfødemed findes ærmer i forskellig længde og handsker med og uden fingre.

Strømperne og ærmerne kan alt efter lymfødemikerens ønske og behov fremstilles med silikonetopbånd, fó, komfortzoner eller kiler, som forbedrer pasformen. Derudover kan der tilføjes lymfepads i lommer, hvis der er behov for yderligere kompression på afgrænsede områder.

### **Kvalitet**

Både strømper og ærmer bør være godkendte efter den tyske standard (RAL) og være Oeko-Tex certificerede. Spørg din leverandør, hvilke godkendelser og certificeringer produkterne har.

Når et produkt er RAL godkendt, giver det garanti for, at produkterne er produceret efter bestemte standarder, så de overholder de fastsatte trykkrav.

Når produkterne er Oeko-Tex certificerede betyder det, at de er testet og fundet fri for indhold af en lang række sundhedsskadelige stoffer.

### **Vask og vedligehold**

Strømperne og ærmerne kan vaskes i vaskemaskinen. De fleste produkter kan vaskes ved 30-40 grader, men man bør følge vaskeanvisningen. Når kompressionshjælpemidlerne bliver vasket, trækker de sig en smule sammen, og det øger effekten af kompressionen.

Hjælpemidlerne kan tåle at blive tørretumblet, men det slider på stoffet.

Strømperne og ærmerne har godt af at hvile i 24 timer, hvis man har haft dem på en hel dag. Så kan de nå at trække sig sammen og holde kompressionen. Man bør derfor som minimum have to par ærmer eller strømper at skifte mellem, så man undgår at holde pause med kompressionen, mens det ene sæt trækker sig sammen eller tørrer efter vask.



*Der findes flere farver at vælge imellem.*

De fleste kan mærke, når kompressionen svækkes og ikke giver helt den samme støtte som tidligere. Så er det på tide at få et nyt ærme eller en ny strømpe. Man bør også få nyt udstyr, hvis man kommer til at trække tråde ud af stoffet. Det kan mindske kompressionen og dermed det tryk, der er nødvendigt for at holde lymfødemet nede.



### Måltagning

Måltagningen foregår i et tæt samarbejde mellem lymfødemikeren og opmåleren, som kan være for eksempel bandagist, lymfødemterapeut eller sygeplejerske. Det er vigtigt, at måltageren kender til lymfødemikerens hverdag og aktivitetsniveau, så hjælpemidlet bliver nøje tilpasset den enkelte.

Den rette tilpasning, grad af elasticitet og kompression er afgørende for at få maksimal effekt. Det kan give store gener, hvis kompressionsprodukterne ikke passer ordentligt.



Strømpen eller ærmet må ikke være for løs eller for stram, og det kræver, at der bliver taget helt nøjagtige mål. Det er en specialisstopgave, som kræver lang erfaring og et solidt kendskab til de produkter, der er på markedet.

Der er udarbejdet vejledninger til, hvordan målene skal tages. En lang kompressionsstrømpe kan for eksempel kræve op til 11 måltagninger forskellige steder på benet.

Enkelte produkter kan indeholde naturgummi, og opmåleren bør derfor spørge, om lymfødemikeren lider af nogen former for allergi.



Når man skal have kompressionshjælpemidler, bør man kun bestille én strømpe eller ét ærme. Pasformen kan først vurderes efter 3-4 ganges vask, og der kan derfor være behov for justering af målene.

En lymfødemiker bør altid få taget nye mål, når strømpen eller ærmet skal fornyes, da lymfødemet kan have forandret sig.



Det er også en god idé at få taget mål en gang om året, for selv små ændringer kan have betydning for, hvor godt kompressionsudstyret hjælper.



## Bevilling af kompressionsudstyr

Ifølge servicelovens § 112, stk. 1 kan man få tilskud til hjælpemidler, når man har en varig lidelse, der forhindrer en i at fungere 100 procent i hverdagen. Lymfødeme er en sådan lidelse.

### Serviceovens § 112 stk. 1:

Kommunen yder støtte til hjælpemidler til personer med varig nedsat fysisk eller psykisk funktions-evne, når hjælpemidlet i væsentlig grad kan afhjælpe de varige følger af den nedsatte funktionsevne, i væsentlig grad kan lette den daglige tilværelse i hjemmet eller er nødvendig for, at borgeren kan udøve et erhverv.

## Bedst og billigst

Tilskuddet ydes til det bedst egnede og billigste hjælpemiddel.

Det er kommunen, der afgør, hvilket hjælpemiddel der i det konkrete tilfælde er bedst egnede og billigst på baggrund af en sundhedsfaglig vurdering. Kommunen har pligt til at sikre sig, at lymfødemikerens behov for hjælpemidler er tilstrækkeligt belyst ifølge forvaltningsloven. Man har ret til at vælge et dyrere produkt end det, kommunen giver tilskud til. Men da tilskuddet gælder det bedst egnede og billigste hjælpemiddel, kan det betyde, at man selv skal betale en eventuel merpris.





## Ansøgning om tilskud

Man skal selv søge om at få en bevilling til kompressionshjælpemidler hos sin kommune. Det gøres elektronisk på **borger.dk**. Her kan man søge på "kropsbårne hjælpemidler".

Hvis man har relevante oplysninger fra lymfødemterapeuten, lægen eller fra den afdeling, hvor man er blevet behandlet, kan man med fordel enten vedhæfte oplysningerne til ansøgningen eller fortælle sin kommune, hvor oplysningerne kan indhentes.

Det er en god idé at være så konkret i sin ansøgning som muligt med hensyn til hvilket produkt, man ønsker. Det kan forkorte sagsbehandlingstiden. Ansøgningen kan være lige fra et par dage til flere uger om at blive behandlet.

Alle kommuner skal følge serviceloven, men den enkelte kommune bestemmer selv, hvilket serviceniveau, der er for kommunens borgere. Det betyder i praksis, at der kan være stor forskel på, hvor meget kommunerne yder i tilskud til forskellige typer af hjælpemidler. Det afhænger af, hvilken indkøbsaftale man har lokalt.

Man har ret til at få kompressionshjælpemidler udskiftet efter producentens anvisninger, ofte vil det være to gange om året.

Når man får bevillingen, vil det fremgå, hvor længe den gælder. Det er også forskelligt fra kommune til kommune.

Man kan ikke få tilskud til et hjælpemiddel, man allerede har anskaffet.

Ens indtægt har ingen betydning, når man søger om tilskud.

Nogle kommuner sender bevillingen direkte til den valgte leverandør. Andre kommuner sender bevillingen til lymfødemikeren.

Når hjælpemidlet er udleveret, sender leverandøren regningen direkte til kommunen.

## Klage over afgørelse

Hvis man ikke er enig i kommunens afgørelse eller vil klage over sagsbehandlingen, skal man klage til kommunen inden fire uger. Kommunen skal behandle klagen inden fire uger, fra den er modtaget. Hvis kommunen fastholder sin afgørelse, bliver klagen sendt videre til Ankestyrelsen, som tager stilling til afgørelsen.

I klagen skal man begrunde, hvorfor man er utilfreds med sagsbehandlingen eller med afgørelsen.

## Frit leverandørvalg

Som borger i Danmark har man ret til frit leverandørvalg på hjælpemiddelområdet. Det gælder også ved individuelt tilpassede produkter som kompressionsstrømper og ærmer.

Det vil sige, at man har ret til selv at vælge sin leverandør, når man har fået sin bevilling.

Det gælder også, selv om kommunen har indgået en aftale med en bestemt leverandør om at levere kompressionsudstyr til kommunens borgere. Det fremgår af servicelovens § 112 stk.3 og 4.

Kommunen skal behandle alle ansøgninger om bevillinger af kompressionsudstyr ens, uanset hvilken leverandør lymfødemikeren vælger. Sagsbehandlingen må altså ikke tage længere tid, hvis en lymfødemiker vælger at bruge en anden leverandør end den, kommunen har indgået aftale med.

## Serviceovens § 112 stk.3 og 4:

**Stk. 3.** Ansøgeren kan vælge leverandør af hjælpemidler, jf. dog stk. 4. Hvis kommunalbestyrelsen har indgået en leverandøraftale, og ansøgeren ønsker at benytte en anden leverandør end den, som kommunalbestyrelsen har indgået leverandøraftale med, indkøber ansøgeren selv hjælpemidlet og får udgifterne hertil refunderet, dog højst med et beløb svarende til den pris, kommunen kunne have erhvervet hjælpemidlet til hos sin leverandør. Har kommunalbestyrelsen ikke indgået leverandøraftale, kan ansøgeren vælge leverandør, og støtten ydes efter regning, dog højst med et beløb svarende til prisen på det bedst egnede og billigste hjælpemiddel.

**Stk. 4.** Ansøgerens ret til at vælge leverandør af hjælpemidler efter stk. 3 gælder ikke, hvis kommunalbestyrelsen kan stille et hjælpemiddel til rådighed, som er fuldstændig identisk med det hjælpemiddel, som ansøgeren ønsker at anskaffe fra en anden leverandør.

## Problemer

I EU's regler for medicinsk udstyr hedder det:

**Udstyret skal konstrueres og fremstilles på en sådan måde, at det, når det anvendes under de fastsatte forhold og med det fastsatte formål for øje, ikke forværrer patientens kliniske tilstand.**

Hvis kompressionsudstyret ikke passer, kan det gøre mere skade end gavn, give tryksår og trykmærker, og ødemet kan blive forværret.

Hvis man oplever, at strømperne eller ærmerne er enten for løse eller stramme, skal man hurtigst muligt henvende sig til sin leverandør.



Udgivet af Dansk Lymfødem Forening.

**Følgende eksperter har bidraget til pjecen:**

Bandagist Poul Andresen, Boisen, Randers  
Sygeplejerske Jens Ettrup, Specialbandager, Bagsværd  
Afdelingsleder Dennis Jensen, Hjælpemiddelområdet, Vejle Kommune  
Lymfødemterapeut Merete Wittenkamp, Herlev Hospital  
Lymfødemterapeut Susan Nørregaard, Bispebjerg Hospital  
Jurist Anne Englev, Medicoindustrien, Hørsholm



**[www.dalyfo.dk](http://www.dalyfo.dk) - telefon 70 22 22 10**