Patient Information Leaflet

Prior to application
Full holistic assessment (refer to local guidelines)

ABPI (Doppler) measurement
More than 0.8 & less than 1.2 the Activa Leg Ulcer Hosiery Kit can be applied.
Less than 0.8 & more than 1.2 The Activa Leg Ulcer Hosiery Kit should be used with extreme caution and applied only after specialist referral and under strict supervision.

Indications for use
- Compression of limbs with venous disorders and the control and reduction of oedema and lymphoedema
- Treatment of venous leg ulcers
- Prevention of recurrence of venous leg ulcers and severe varicose veins
- Ideally suitable for patients who will not accept compression bandages **eg** cosmetic reasons in younger patients

Contra–indications
- This system may be unsuitable where there is heavy exudate and for large wounds
- For large or irregular shaped limbs it may be more appropriate to use compression bandages
- Padding and bandages are recommended for patients with very small limbs or with bony prominences
- Lymphoedematous limbs should be treated with short stretch bandages **eg** Actico® prior to going into the leg ulcer hosiery kit
- Diabetic patients - unless after specialist referral and under strict supervision
- Significant arterial disease (ischaemia) according to vascular assessment. ABPI of <0.8 unless after specialist referral and under strict supervision and regular follow up
- Congestive cardiac failure as compression could lead to cardiac overload
- Known sensitivity to the fabric of the stockings

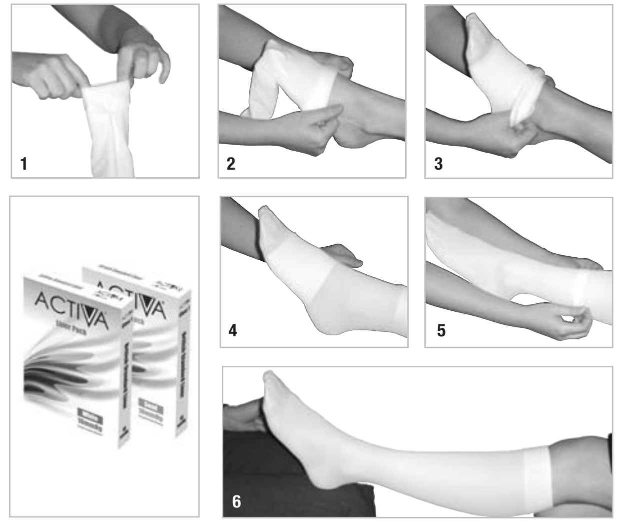
Assess shape and size of limb
- Ensure patient is suitable for Activa Leg Ulcer Hosiery Kit
- Ensure shape of limb is suitable to go into Activa Leg Ulcer Hosiery Kit **eg** a graduation to limb
- To determine the stocking size, the limb measurements should be taken first thing in the morning or immediately after the patient has come out of bandages
- For patients with very small limbs or with bony prominences, padding and bandages may be more appropriate
- If necessary short stretch bandages eg Actico® may be used prior to hosiery to reshape and reduce oedema
- Use appropriate contact wound dressing if necessary
- Padding or foam such as foam shin pads may be used

Activa Leg Ulcer Hosiery Kit is colour coded on the stockings

Small	Red thread
Medium	Blue thread
Large	Green thread
Extra Large	Yellow thread
Extra Extra Large	Purple thread

Measuring Guide
A size indicator can be found by a coloured thread in the stocking

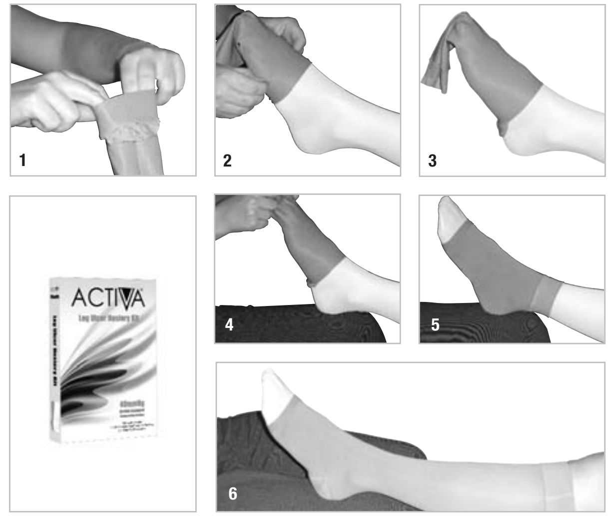
Size	S	M	L	XL	XXL
B	30.5-37.5cm	33.0-40.0cm	35.5-43.0cm	38.0-46.0cm	40.0-49.0cm
C	19.5-25.5cm	21.5-27.5cm	22.5-29.5cm	23.0-32.0cm	23.5-34.0cm
D	20.5-24.0cm	23.0-26.0cm	25.5-29.5cm	26.5-32.5cm	26.5-32.5cm



How to apply the Activa 10mmHg liner stocking onto a patient's leg.

1 Slip your hand down the inside of the stocking. Gently grasp the heel area and pull the stocking inside out. This will leave the toe region still tucked in. Fold back the edge about an inch/2-3 cms so you can easily slip their toes into the front of the stocking
2 Unfold that inch/2-3 cms as you get the toes and heel into the right position
3 Gently pull the rest of the stocking over the foot, heel and ankle
4 & 5 Pull the stocking up their leg in stages - DO NOT FORCE IT
6 Below knee stockings have to be pulled up to the bend at the back of the patient's knee

NB If you are planning to use the Activa 10mmHg liner with another Activa high compression stocking layer, ensure it is positioned correctly on limb.

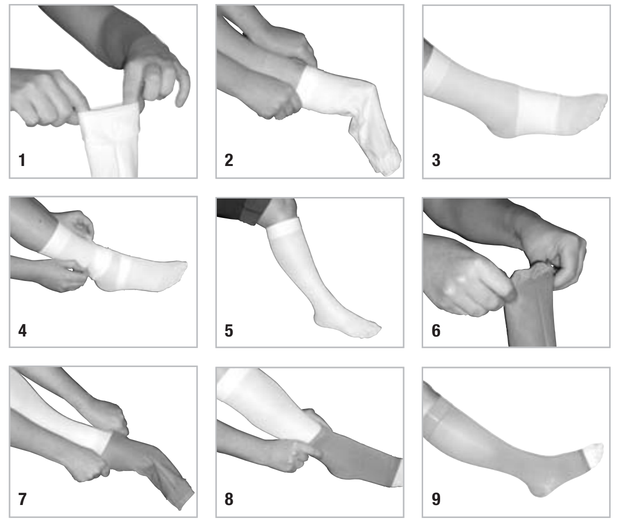


How to apply the Activa 30mmHg stocking once the Activa 10mmHg white liner stocking is positioned correctly on limb.

The application of a second stocking is exactly the same as in steps **1** to **6** on the liner application adjacent. However, due to the silky smooth finish on the liner stocking the second layer will be easier to slide on.

For hygiene reasons, comfort, safety or for observation purposes the top stocking can be removed as necessary.

NB Please ensure there are no restrictions in the toe area of the liner after application of the stocking.



How to apply your Activa Leg Ulcer Hosiery Kit (Activa liner stocking 10mmHg and Activa 30mmHg stocking) to your own leg.

Preparation and application of the stockings is the same as the two previous sections. Please use the pictures above as a guide to leg and hand positions.

Activa Leg Ulcer Hosiery Kit & Liner Pack

advice leaflet

The Activa latex-free Leg Ulcer Hosiery Kit is an ideal alternative to traditional bandaging such as the four-layer system and is particularly suitable for self-caring patients.

Each treatment kit contains:

2 x Activa 10mmHg white liners

1 x Activa 25-35mmHg sand top stocking

The combined mean average of both layers: **40mmHg**

Each liner pack contains: 3 x Activa 10mmHg white or sand liners.

New packaging...and the same great hosiery!

Opuscolo informativo kit calze Activa
e calzine a bassa compressione per rivestimento

Il kit calze Activa prive di lattice è un'alternativa ideale ai tradizionali bendaggi, come il sistema a quattro strati, ed è particolarmente adatto ai pazienti che si avvalgono dell'automedicazione.
Ogni kit di trattamento contiene:
2 x calzine fascianti bianche Activa 10 mmHg - 1 x calza Activa esterna con punta sabbia 25-35 mmHg
Media combinata di entrambi gli strati: 40 mmHg
Ogni confezione di calze fascianti a bassa compressione contiene: 3 x calze fascianti Activa bianche o sabbia 10 mmHg

Prima dell'applicazione
Valutazione olistica completa (consultare le linee guida locali)

Rapporto pressorio ABPI (Doppler)
ABPI superiore a 0,8 e inferiore a 1,2: è possibile procedere all'applicazione del kit di calze compressive Activa.
ABPI inferiore a 0,8 e superiore a 1,2: il kit di calze compressive Activa dovrebbe essere utilizzato con estrema cautela e applicato esclusivamente dopo consultazione specialistica e sotto stretta supervisione.

Indicazioni per l'uso
- Compressione degli arti affetti da disturbi venosi e controllo e riduzione di edema e linfoedema
- Trattamento di ulcere venose nelle gambe
- Prevenzione di recidive di ulcere venose nelle gambe e vene varicose di grado severo
- Ideale per i pazienti che non desiderano portare bendaggi compressivi, per es. per ragioni cosmetiche, come nei pazienti più giovani

Controindicazioni
- Questo sistema può non essere adatto in presenza di sudorazione abbondante e per ferite estese
- Per arti di grandi dimensioni e dalla forma irregolare potrebbe essere più appropriato utilizzare bendaggi di compressione
- Per i pazienti con arti molto piccoli o con prominenze ossee sono raccomandati imbottiture e bendaggi
- Gli arti linfoedematosi dovrebbero essere trattati con bendaggi elastici corti, per es. Actico®, prima di applicare il kit di calze compressive
- Nei pazienti diabetici, se non dopo consultazione di uno specialista e dietro stretta supervisione
- Malattia arteriosa significativa (ischemia) dopo valutazione vascolare. Indice ABPI <0,8, salvo dopo consultazione con uno specialista e sotto stretta supervisione e controlli regolari
- Insufficienza cardiaca congestizia, in quanto la compressione potrebbe portare a sovraccarico cardiaco
- Sensibilità nota al tessuto delle calze

Valutare la forma e le dimensioni degli arti
- Assicurarsi che non vi siano controindicazioni all'uso del kit di calze Activa da parte del paziente
- Assicurarsi che la forma dell'arto sia adatta al contenimento con un kit di calze Activa per es. compressione graduata dell'arto
- Per determinare le dimensioni della calza, la misurazione degli arti dovrebbe essere presa al mattino presto subito dopo il risveglio o immediatamente dopo che il paziente ha rimosso i bendaggi
- Per i pazienti con arti molto piccoli o con prominenze ossee, potrebbe essere più indicato l'uso di imbottiture e bendaggi
- Se necessario, prima dell'applicazione delle calze possono essere utilizzati bendaggi elastici corti, come Actico®, al fine di rimodellare e ridurre l'edema
- Se necessario, utilizzare una fasciatura a contatto per ferite
- Possono essere utilizzate imbottiture o gommapiuma come le imbottiture per tibia

Come applicare la calza fasciante Activa 10 mmHg sulla gamba di un paziente.
1 Infilare una mano dentro la calza. Afferrare delicatamente la parte del calcagno e tirare la calza rivoltandola. In questo modo la punta rimarrà al dritto. Ripiegare il bordo di circa 2-3 cm in modo da infilare agevolmente le dita nella parte anteriore della calza.
2 Svolgere la calza di un paio di centimetri dopo aver posizionato le dita e il calcagno nella posizione giusta.
3 Tirare delicatamente il resto della calza su piede, calcagno e caviglia.
4 & 5 Tirare la calza su per la gamba gradatamente – NON FORZARLA
6 Le calze sotto il ginocchio devono essere tirate su fino alla curva dietro il ginocchio del paziente.

NB: se si desidera utilizzare la calza fasciante Activa 10 mmHg con un'altra calza ad alta compressione Activa, fare in modo di posizionarla correttamente sull'arto.

Come applicare la calza esterna Activa 30 mmHg una volta che la calza fasciante Activa 10 mmHg bianca sia stata correttamente posizionata sull'arto.

L'applicazione di una seconda calza avviene esattamente secondo i passaggi 1-6 descritti sopra. Tuttavia, per via della morbida finitura setosa della calza fasciante, il secondo strato sarà più facile da infilare.

Per ragioni igieniche, il comfort, la sicurezza o ai fini osservazionali, la calza esterna può essere rimossa se necessario.

NB: assicurarsi che la punta della calzina fasciante sia ben distesa e non stringa dopo l'applicazione della calza esterna.

Come applicare il kit di calze Activa (la calzina fasciante Activa 10 mmHg e la calza Activa 30 mmHg) sulla propria gamba.

La preparazione e l'applicazione delle calze sono uguali a quelle descritte nelle due sezioni sopra. Fare riferimento alle figure di fronte come guida per la posizione della gamba e della mano.

Cura del kit di calze
- Per rimuovere ogni calza sfilare gli strati con un movimento regolare verso il basso e non arrotolare la calza per rimuoverla
- Se trattata correttamente, la calza Activa offre il grado di compressione raccomandato fino a 100 lavaggi
- Le calze Activa possono essere lavate a mano ad una temperatura massima di 40°C, Non usare candeggina.
- Evitare l'uso di ammorbidenti durante il lavaggio
- Non asciugare in asciugatrice, non pulire a secco né sottoporre il prodotto a stiratura; asciugare lontano dal calore diretto
- Fare attenzione perché le calze non siano danneggiate da calli, pelle ruvida o unghie.

Ispezionare le calzature indossate per verificare che non siano evidenti deterioramenti che potrebbero portare all'usura prematura delle calze.

Kit de calcetería y forros Activa folleto orientativo

El kit de calcetería sin látex Activa es una alternativa ideal a los vendajes tradicionales como, por ejemplo, el sistema de cuatro capas, y está especialmente indicado
en pacientes que se suministren sus propios cuidados
Cada kit de tratamiento contiene:
2 forros Activa de 10mm Hg blancos - 1 media alta Activa 25-35mm Hg color arena
La media combinada de ambas capas: 40mm Hg
Cada paquete de forros contiene: 3 forros Activa de 10mm Hg blancos o color arena.

Antes de la aplicación
Asesoramiento holístico completo (consulte las directrices locales)

Medición ABPI (Doppler)
Con más de 0,8 y menos de 1,2 es posible aplicar el kit de calcetería Activa.
Con más de 0,8 y menos de 1,2 es posible aplicar el kit de calcetería Activa.

Indicaciones de uso
- Compresión de miembros con trastornos venosos y control y reducción de edema y linfedema
- Tratamiento de úlceras venosas en las piernas
- Prevención de la reaparición de úlceras venosas en las piernas y de venas varicosas graves
- Especialmente indicado en pacientes que no toleren vendajes compresivos p. ej., por razones estéticas en el caso de pacientes jóvenes

Contraindicaciones
- El sistema puede no ser apropiado si se genera un exudado intenso y en el caso de heridas grandes
- En miembros de gran tamaño o con forma irregular puede ser más adecuado utilizar vendajes compresivos
- Se recomienda utilizar acolchados y vendajes en pacientes con miembros muy pequeños o prominencias oseas
- Los miembros linfoedematosos deben tratarse con vendas elásticas cortas p. ej., Actico®, antes de pasar a un kit de calcetería
- Pacientes diabéticos, a no ser bajo indicación del especialista y bajo estricta supervisión
- Enfermedad arterial significativa (isquemia) diagnosticada tras evaluación vascular. ABPI de <0,8 a no ser bajo indicación del especialista y bajo estricta supervisión y seguimiento constante
- Insuficiencia cardiaca congestiva, ya que la compresión podría producir una sobrecarga cardiaca
- Sensibilidad conocida al tejido de la media

Evalúe la forma y el tamaño del miembro
- Asegúrese de que el kit de calcetería Activa sea la solución correcta para el paciente
- Cerciórese de si la forma del miembro es la adecuada para cubrirlo con un kit de calcetería Activa p. ej., que el tamaño se adapte al miembro
- Para determinar el tamaño de la media, es preciso medir primero el miembro a primera hora de la mañana o inmediatamente después de haber retirado los vendajes al paciente
- En pacientes con miembros muy pequeños o prominencias oseas, el acolchado y los vendajes podrían ser más adecuados
- Si es preciso, pueden utilizarse vendas elásticas cortas, p. ej. Actico®, antes de aplicar la calcetería para recobrar la forma y reducir el edema
- Utilice venda de contacto para las heridas si es preciso
- Pueden utilizarse acolchados o espumas, como por ejemplo espinilleras

Forma de aplicar el forro para media Activa de 10mm Hg sobre la pierna del paciente.
1 Deslice su mano hacia abajo por el interior de la media. Tome la zona del talón con cuidado y dé la vuelta a la media. De esta manera, la zona del dedo gordo seguirá estando introducida en ella. Doble el borde unos 2-3 cms para poder deslizar con facilidad los dedos hacia la parte delantera de la media.
2 Desdoble esos 2-3 cms al introducir los dedos y el talón en posición correcta
3 Tire con cuidado del resto de la media sobre el pie, el talón y el tobillo.
4 y 5 Estire la media por la pierna poco a poco; NO LA FUERCE
6 Debe tirarse de las medias que lleguen por debajo de la rodilla desde la parte posterior de la rodilla del paciente.

NOTA: si piensa usar el forro Activa 10mm Hg con otra capa de media de compresión alta Activa, asegúrese de que esté correctamente colocado sobre el miembro.

Forma de aplicar la media Activa de 30mm Hg una vez que
la media de forro blanco Activa 10mm Hg está correctamente colocada sobre el miembro.
La aplicación de una segunda media es igual a la de los pasos 1 a 6 anteriores en relación con la aplicación del forro. No obstante, debido al acabado sedoso de la media forro, la colocación de la segunda capa resulta más sencilla.

Por razones de higiene, comodidad, seguridad o con fines de observación, es posible retirar la media superior cuando sea necesario.

NOTA: asegúrese de que la zona del dedo gordo del forro no quede restringida tras la aplicación de la media.

Forma de aplicar el kit de calcetería Activa (Media de forro Activa de 10mm Hg y media Activa de 30mm Hg) sobre la propia pierna.

La preparación y aplicación de las medias es igual a lo descrito en las dos secciones anteriores. Siga las imágenes opuestas como orientación respecto a la posición de pierna y mano.

Cuidado posterior del kit
- Para retirar cada media, asegúrese de quitar cada capa con movimiento suave hacia abajo, sin enrollar las medias.
- Si se cuidan bien, las medias Activa le ofrecerán el nivel de compresión aconsejado hasta unos 100 lavados.
- Las medias Activa pueden lavarse a mano a un máximo de 40ºC. No utilice lejía.
- Evite usar suavizante o acondicionador de tejidos en el lavado.
- No seque en secadora, ni planche o lave en seco; séquelas lejos de fuentes de calor directo.
- Conviene cuidar de que las medias no resulten dañadas por callos, pieles duras o uñas.

Inspeccione el desgaste de calzado para detectar daños que pudieran a su vez desgastar las medias antes de tiempo.

Activa strumpsats och innerstrumpsförpackning informationsbroschyr

Activa latexfria strumpsats är ett bra alternativ till traditionella bandage som t.ex. fyralagerssystemet och passar särskilt bra
till egenvårdspatienter.
Varje behandlingssats innehåller:
2 x Activa 10mmHg vita innerstrumpor - 1 x Activa 25-35mmHg sandfärgad överstrumpa
Det kombinerade genomsnittet för båda lagren är: 40mmHg
Varje innerstrumpsförpackning innehåller: 3 x Activa 10mmHg vita eller sandfärgade innerstrumpor

Före påsättning
Fullständig helhetsbedömning (se lokala riktlinjer)

ABPI (Doppler) - mätt
Activa strumpsats kan användas vid mer än 0,8 och mindre än 1,2.
Vid mindre än 0,8 och mer än 1,2 bör Activa strumpsats användas med yttersta försiktighet och bara efter en specialistremiss och under noga överinsende.

Indikationer för användning
- Kompression av ben med venösa sjukdomar samt kontroll och minskning av ödem och lymfödem
- Behandling av venösa bensår
- Förhindrar återkommande venösa bensår och svåra återbrock
- Passar för patienter som inte kan acceptera kompressionsbandage t.ex. för yngre patienter av kosmetiska skäl

Kontraindikationer
- Det här systemet kan vara olämpligt när det förekommer omfattande exsudat och vid stora sår
- För större eller oregelbundet formade ben kan det vara lämpligare att använda kompressionsbandage
- Vaddering och bandage rekommenderas för patienter med mycket små ben eller med benigna prominentia
- Lymfödematösa ben bör behandlas med korta elastiska bandage t.ex. Actico® innan strumpsatsen sätts på
- Diabetespatienter – endast efter remiss från en specialist och under noga överinsende
- Signifikant arteriell sjukdom (ischemi) enligt vaskulär bedömning. ABPI på <0,8 endast efter remiss från specialist och under noga överinsende och regelbunden uppföljning
- Kronisk hjärtinsufficiens eftersom kompression kan leda till överbelastning på hjärtat
- Känd känslighet för strumporna tillverkningsmaterial

Bedöm benets form och storlek
- Se till Activa strumpsats är lämplig för patienten
- Se till att benets form är lämplig och passar i Activa strumpsats t.ex. en gradering av benet
- För att fastställa strumpsortleken ska benet mätas direkt på morgonen eller omedelbart efter det att patientens bandage har tagits av
- För patienten med mycket små ben eller beniga prominentia, kan vaddering och bandage vara lämpligare
- Vid behov kan korta elastiska bandage t.ex. Actico® användas innan strumporna tas på för att omforma och minska ödem
- Använd lämpligt sårförband vid behov
- Vaddering eller skum t.ex. skenbensskydd av skumgummi kan användas

Sätta på Activa 10mmHg innerstrumpa på en patients ben.
1 Sätt in din hand i strumpan. Tag försiktigt tag i hälen från insidan och drag strumpan in och ut. Det gör att tån fortfarande är instoppad. Vik tillbaka kanten ca 2-3 cm så tårna lätt kan rätas in i strumpan
2 Vik tillbaka de 2-3 cm när tårna och hälen har kommit i rätt position
3 Drag försiktigt resten av strumpan över fot, hål och vrist 4 och 5 Drag upp strumpan längs benet i stadier – TVINGA DEN INTE
6 Knästrumpor ska dras upp till knävecket baktill på patientens knä

OBS: Om du planerar att använda Activa 10mmHg innerstrumpor med en annan Activa högkompressionsstrumpa, se till att den är korrekt placerad på benet.

Sätta på Activa 30mmHg strumpa när
Activa 10mmHg vita innerstrumpa är korrekt placerad på benet.
Den andra strumpan sätts på, på exakt samma sätt som steg
1 till 6 för innerstrumpan ovan. På grund av den silkiga glatta ytan på innerstrumpan är det lättare att dra på det andra lagret.

Av hygieniska skäl, komfort, säkerhet eller i observationssyfte kan den översta strumpan vid behov tas av.
OBS: Se till att det inte finns några restriktioner vid innerstrumpans tå när strumpan är påsatt.

Sätta på Activa strumpsats (Activa innerstrumpa 10mmHg och Activa 30mmHg strumpa) på ditt eget ben.
Förberedelse och användning av strumpan är densamma som i de två ovanstående avsnitten. Använd bilden på motsatta sidan som vägledning för ben- och handpositioner.

Skötsel av strumpsatsen
- Tag av varje strumpa genom att dra av varje lager i en jämn nedåtrörelse och rulla inte strumpan för att ta av den
- Vid rätt skötsel har Activa strumpor rekommenderad kompressionsnivå i upp till 100 tvättar
- Activa strumpor kan tvättas för hand i högst 40°C, använd inte blekningsmedel.
- Undvik att använda sköljmedel vid tvätt
- Torktumla inte, kemtvätta eller stryk inte, torka strumporna borta från direkt värme
- Var försiktig och se till att strumpan inte skadas av valkar, hård hud eller naglar.

Kontrollera om de skor som används visar tecken på skador som kan leda till för tidigt slitage av strumpan

Folheto de informações sobre o kit de meias e meias intermédias Activa

O kit de meias Activa sem látex é a alternativa ideal às tradicionais ligaduras, tais como o sistema de quatro camadas, sendo particularmente adequado para pacientes que cuidam de si próprios.
Cada kit de tratamento contém:
2 x meias intermédias Activa brancas de 10 mmHg - 1 x meia de liga Activa da cor da pele de 25-35 mmHg
A média combinada de ambas as camadas: 40 mmHg

Cada embalagem de meias intermédias contém: 3 x meias intermédias Activa brancas ou da cor da pele de 10 mmHg.

Antes da aplicação
Avaliação holística completa (consulte as directrizes locais)

Medição do ABPI (índice de Pressão Tornozelo-Braquial) (Doppler)
O kit de meias Activa pode ser aplicado com um valor superior a 0,8 e inferior a 1,2.
O kit de meias Activa destina-se a valores inferiores a 0,8 e superiores a 1,2 e deve ser utilizado com muito cuidado e aplicado apenas sob a supervisão rigorosa de um especialista.

Indicações de utilização
- Compressão dos membros com perturbações venosas e controlo e redução de edemas e linfoedemas
- Tratamento de úlceras venosas das pernas
- Prevenção da recorrência de úlceras venosas nas pernas e veias varicosas graves
- Ideal para pacientes que não toleram ligaduras de compressão por ex., por motivos estéticos no caso de pacientes mais jovens

Contra-indicações
- Este sistema pode não ser o mais adequado quando existe sudação excessiva e feridas de grande dimensão
- Para membros grandes ou irregulares, pode ser mais adequada a utilização de ligaduras de compressão
- São recomendadas compressas e ligaduras para pacientes com membros muito pequenos ou com protuberâncias ósseas
- Os membros com linfoedematose devem ser tratados com ligaduras estreitas por ex., Actico®, antes de utilizar o kit de meias
- Pacientes diabéticos – excepto sob a supervisão rigorosa de um especialista
- Doença arterial significativa (isquemia) de acordo com uma avaliação vascular. ABPI de <0,8 excepto sob a supervisão rigorosa de um especialista e com um acompanhamento regular
- A insuficiência cardíaca congestiva como compressão pode provocar uma sobrecarga cardíaca
- Sensibilidade ao tecido das meias

Avaliar a forma e o tamanho dos membros
- Certifique-se de que o kit de meias Activa é adequado para o paciente
- Certifique-se de que a forma do membro é adequada para o kit de meias Activa por ex., de acordo com uma classificação para os membros
- Para determinar o tamanho da meia, os membros devem ser medidos logo de manhã ou imediatamente após o paciente ter retirado as ligaduras
- Para pacientes com membros muito pequenos ou com protuberâncias ósseas, pode ser mais adequada a utilização de compressas e ligaduras
- Se necessário, podem ser utilizadas ligaduras estreitas, por ex., Actico®, por baixo das meias para modelar e reduzir o edema
- Utilize um penso apropriado, se necessário
- Podem ser utilizadas compressas ou enchimento, tais como protecções para o tornozelo

Como aplicar a meia intermédia Activa de 10 mmHg na perna do paciente.
1 Faça deslizar a sua mão para dentro da meia. Segure cuidadosamente a área do calcanhar e puxe a parte interior da meia para fora. Isto permite que a roglão dos dedos fique para dentro. Dobre a extremidade para trás cerca de 2-3 cm para que possa introduzir os dedos do pé na parte da frente da meia
2 Desdobre esses 2-3 cm à medida que introduz os dedos e o calcanhar na posição correcta
3 Faça passar cuidadosamente a parte restante da meia pelo pé, calcanhar e tornozelo
4 e 5 Faça passar a meia pela perna acima, em várias fases – SEM FORÇAR
6 As meias abaixo do joelho devem ser puxadas até à dobra na parte posterior do joelho

NB Se planear utilizar a meia intermédia Activa de 10 mmHg com outra meia Activa de compressão elevada, certifique-se de que esta é correctamente colocada no membro.

Como aplicar a meia Activa de 30 mmHg quando a meia intermédia Activa branca de 10 mmHg estiver bem colocada no membro.

Os procedimentos de aplicação de uma segunda meia são efectuados exactamente da mesma forma que nos passos 1 a 6 descritos em cima para a aplicação da meia intermédia. No entanto, devido ao acabamento sedoso e suave da meia intermédia, será mais fácil fazer deslizar a segunda camada.

Por motivos de higiene, conforto, segurança ou para posterior observação, a meia de liga poderá ser removida, se necessário.

NB Certifique-se de que não existem restrições na área dos dedos da meia intermédia após a aplicação da meia.

Como aplicar o seu kit de meias Activa (a meia intermédia Activa de 10 mmHg e a meia Activa de 30 mmHg) na sua própria perna.

O procedimento de preparação e aplicação das meias é exactamente o mesma que para as duas secções anteriores. Utilize as imagens opostas como orientação para as posições da perna e das mãos.

Cuidados após a utilização do kit de meias
- Para retirar cada meia, certifique-se de que retira cada camada num movimento suave e descendente, não enrolando a meia para a retirar
- Se for tratada com cuidado, a meia Activa dar-lhe-á o nível recomendado de compressão até um máximo de 100 lavagens
- A meia Activa pode ser lavada à mão a uma temperatura máxima de 40 °C. Não utilize lixívia.
- Evite utilizar amaciadores na lavagem
- Não lave nem limpe a seco, não engome, não deixe a secar junto de fontes de calor directo
- Tenha cuidado para que as meias não fiquem danificadas por calos, pele áspera e seca ou unhas.

Verifique se o seu calçado apresenta sinais de desgaste, podendo levar a um desgaste prematuro das suas meias.

Σετ εσωτερικής και εξωτερικής κάλτσας συμπίεσης **Activa** φύλλο οδηγιών

Το σετ εσωτερικής και εξωτερικής κάλτσας Activa δεν περιέχει λάτεξ και αποτελεί την ιδανική εναλλακτική λύση αντί των παραδοσιακών προϊόντων επίδεσης, όπως η μέθοδος τετραπλής επίδεσης. Ενδείκνυται ιδίως για
ασθενείς που αναλαμβάνουν οι ίδιοι την ατομική τους φροντίδα.
Κάθε σετ θεραπείας περιλαμβάνει:
2 x Λευκές εσωτερικές κάλτσες Activa 10mmHg - 1 x Εξωτερική κάλτσα Activa 25-35mmHg στο χρώμα του δέρματος

Οι δύο στρώσεις επίδεσης παρέχουν συνδυαστικά μια μέση συμπίεση 40mmHg

Κάθε συσκευασία εσωτερικών καλτσών περιέχει: 3 x Εσωτερικές κάλτσες Activa 10mmHg λευκές ή στο χρώμα του δέρματος.

Πριν από την εφαρμογή
Πλήρης φυσική εξέταση (ανατρέξτε στις κατά τόπους ισχύουσες οδηγίες)

Μέτρηση του συμφοβραχιόνιου δείκτη πίεσης (Doppler)
Πάνω από 0,8 και κάτω από 1,2: επιτρέπεται η εφαρμογή του σετ εσωτερικής και εξωτερικής κάλτσας Activa

Κάτω από 0,8 και πάνω από 1,2: το σετ εσωτερικής και εξωτερικής κάλτσας Activa θα πρέπει να χρησιμοποιείται με εξαιρετική προσοχή και να εφαρμόζεται μόνο κατόπιν υπόδειξης από ειδικό ιατρό και υπό στενή επίβλεψη του ασθενούς.

Ενδείξεις χρήσης
- Συμπίεση άκρων που παρουσιάζουν φλεβικές διαταραχές, έλεγχος και μείωση οιδήματος και λιμφοοιδήματος
- Θεραπεία ελκών παθός φλεβικής αιτιολογίας
- Πρόληψη υποτροπών ελκών παθός φλεβικής αιτιολογίας και κιρσών βαριάς μορφής
- Ιδανικό για ασθενείς που δεν επιθυμούν να χρησιμοποιήσουν συμπιεστικούς επιδέσμους, π.χ. νεότεροι ασθενείς, για αισθητικούς λόγους

Αντενδείξεις
- Η συγκεκριμένη μέθοδος θεραπείας ενδέχεται να είναι ακατάλληλη για χρήση σε περιοχές με μεγάλη εξίδρωση και σε μεγάλες πληγές
- Για ασθενείς με μεγάλα ή δυσανάλογα άκρα, οι συμπιεστικοί επίδεσμοι ενδέχεται να αποτελούν καταλληλότερη επιλογή
- Για ασθενείς με πολύ μικρά άκρα ή με προεξέχοντα οστά, συνιστάται η χρήση περικνημίων και επιδεσμών
- Το λιμφοοίδηματα των άκρων θα πρέπει να αντιμετωπίζονται αρχικά με επιδέσμους μικρής ελαστικότητας, π.χ. επιδέσμους Actico®, πριν από τη μετάβαση στο σετ εσωτερικής και εξωτερικής κάλτσας
- Διαβητικοί ασθενείς – μόνο κατόπιν υπόδειξης από ειδικό ιατρό και υπό στενή επίβλεψη
- Σοβαρή αρτηριακή νόσος (ισχαιμία) τεκμηριωμένη μέσω εξέτασης των αγγείων. Χαμηλός δείκτης <0,8, εκτός εάν η θεραπεία υποδεικθεί από ειδικό ιατρό και ο ασθενής τεθεί υπό στενή επίβλεψη και τακτική παρακολούθηση
- Συμφορητική καρδιακή ανεπάρκεια, καθώς η συμπίεση μπορεί να οδηγήσει σε υπερφόρτωση της καρδιάς
- Γνωστή ευαισθησία στο ιλυκό της κάλτσας

Εξετάστε το σχήμα και το μέγεθος του άκρου
- Βεβαιωθείτε ότι το σετ εσωτερικής και εξωτερικής κάλτσας Activa ενδείκνυται για τον ασθενή
- Βεβαιωθείτε ότι το σετ εσωτερικής και εξωτερικής κάλτσας Activa ενδείκνυται για το σχήμα του άκρου π.χ. για τη διαβαθμισμένη συμπίεση του άκρου
- Για τον καθορισμό του κατάλληλου μεγέθους κάλτσας, η μέτρηση του άκρου θα πρέπει να γίνεται αμέσως μετά το πρωινό ξύπνημα ή αμέσως μετά την αφαίρεση των επιδέσμων
- Για ασθενείς με πολύ μικρά άκρα ή με προεξέχοντα οστά, η χρήση περικνημίδων και επιδέσμων μπορεί να αποτελεί πιο ενδεδειγμένη λύση
- Αν είναι απαραίτητο, μπορούν να χρησιμοποιηθούν επίδεσμοι μικρής ελαστικότητας, π.χ. Actico® πριν από τις κάλτσες, για τον περιορισμό του οιδήματος
- Αν χρειάζεται, χρησιμοποιήστε κατάλληλο εφαπτόμενο προϊόν κάλυψης τραύματος
- Μπορούν να χρησιμοποιηθούν περικνημίδα ή αφρώδη επιθέματα κνήμης.

Πώς να εφαρμόσετε την εσωτερική κάλτσα Activa 10mmHg στο πόδι του ασθενούς.
1 Πιέστε το χέρι σας κατά μήκος του εσωτερικού της κάλτσας. Κρατήστε απαλά την περιοχή της φτέρνας και γυρίστε την κάλτσα από την ανάποδη. Με τον τρόπο αυτό, η περιοχή των δακτύλων θα παραμένει προς τα μέσα. Διπλώστε την άκρη 2-3 εκατοστά περίπου, ώστε να μπορέσετε εύκολα να περάσετε τα δάχτυλά σας στο μπροστινό μέρος της κάλτσας
2 Ξεδιπλώστε αυτά τα 2-3 εκατοστά της κάλτσας καθώς τοποθετείτε τα δάχτυλα και τη φτέρνα σας στη σωστή θέση
3 Τραβήξτε απαλά την υπόλοιπη κάλτσα πάνω από το πέλμα, τη φτέρνα και τον αστράγαλο
4 & 5 Τραβήξτε σταδιακά την κάλτσα κατά μήκος του ποδιού - ΜΗΝ ΑΣΚΕΙΤΕ ΠΙΕΣΗ
6 Οι κάλτσες κάτω γόνατος πρέπει να τραβηχτούν έως την καμάρα πίσω από το γόνατο του ασθενούς.

Σημείωση: Αν σκοπεύετε να χρησιμοποιήσετε το σετ εσωτερικής κάλτσας Activa 10mmHg μαζί με άλλη κάλτσα υψηλής συμπίεσης Activa, βεβαιωθείτε ότι είναι σωστά τοποθετημένη στο άκρο.

Πώς να εφαρμόσετε την εξωτερική κάλτσα Activa 30mmHg μετά από τη σωστή τοποθέτηση της λευκής εσωτερικής κάλτσας Activa 10mmHg στο άκρο.

Η εφαρμογή της δεύτερης κάλτσας γίνεται ακριβώς όπως η εφαρμογή της εσωτερικής κάλτσας, ακολουθώντας τα βήματα 1 έως 6 παραπάνω. Ωστόσο, η εφαρμογή της δεύτερης κάλτσας είναι ευκολότερη, χάρη στο απαλό μεταξωτό τελείωμα της εσωτερικής κάλτσας.

Για λόγους υγιεινής, για μεγαλύτερη άνεση και ασφάλεια ή για την παρακολούθηση του τραύματος, η εξωτερική κάλτσα μπορεί να αφαιρεθεί όποτε χρειάζεται.

Σημείωση: Μετά την εφαρμογή της εξωτερικής κάλτσας, βεβαιωθείτε ότι δεν περιορίζεται η περιοχή των δακτύλων της εσωτερικής κάλτσας.

Πώς να εφαρμόσετε οι ίδιοι στο πόδι σας το σετ εσωτερικής και εξωτερικής κάλτσας Activa (εσωτερική κάλτσα Activa 10mmHg και εξωτερική κάλτσα Activa 30mmHg.

Η προετοιμασία και η εφαρμογή γίνεται ακριβώς όπως περιγράφεται στις δύο παραγράφους παραπάνω. Χρησιμοποιήστε τις εικόνες ως οδηγό σωστής τοποθέτησης

Φροντίδα του σετ εσωτερικής και εξωτερικής κάλτσας
- Για να αφαιρέσετε τις κάλτσες, τραβήξτε απαλά καθεμία ξεχωριστά προς τα κάτω και μην τις γυρίζετε σε ρολό
- Με τη σωστή φροντίδα, οι κάλτσες Activa αποδίδουν τη συνιστώμενη συμπίεση μετά από έως και 100 πλύσεις
- Οι κάλτσες Activa πλένονται στο χέρι, σε γέμισμα θερμοκρασία 40°C. Μη χρησιμοποιείτε λευκαντικό.
- Απαγόρευτο τη χρήση μαλακτικών κατά την πλύση
- Μη χρησιμοποιείτε στεγνωτήριο, στεγνό καθάρισμα ή σίδερο. Οι κάλτσες δεν πρέπει να έρχονται σε απευθείας επαφή με πηγές θερμότητας κατά το στέγνωμα
- Απαιτείται προσοχή για την αποφυγή της φθοράς της κάλτσας από κάλους, σκληρό δέρμα ή νύχια.

Ελέγξτε τα παπούτσια που πρόκειται να φορέσετε για τυχόν σημεία που θα μπορούσαν να προκαλέσουν πρόωρη φθορά της κάλτσας.

ركرش الإرشادات الخاصة بوحدة طاقم الجوارب الضاغطة من **Activa**

Activa لاتكس الخالي من الجوارب الضاغطة يمثل بديلاً مثالياً للضمادات التقليدية، على سبيل المثال، نظام الطبقات الأربع، وهو مناسب بوجه خاص للمرضى الذين يقومون بالرعاية الذاتية.
تحتوي كل عبوة علاج على:
2 x جوارب بيضاء Activa 10mmHg - 1 x جورب خارجي Activa 25-35mmHg لون البشرة
المتوسط المجمع لكلتا الطبقتين: 40mmHg
كل عبوة جوارب ضاغطة منخفضة الضغط تحتوي على: 3 x جوارب ضاغطة بيضاء أو لون البشرة 10mmHg

قبل التطبيق
التقييم الكلي الشامل (يرجى الرجوع إلى الإرشادات المحلية)

مقياس الضغط الانبثاقي - الكعبرة (ABPI) (دوبلر)
1.2 من أقل من 0.8 يمكن تطبيق الجوارب الضاغطة Activa.
أقل من 0.8 وأكثر من 1.2 يجب أن يتم التطبيق بحذر شديد وتحت إشراف أخصائي.

دواعي الاستخدام
- الضغط على الأطراف المصابة بالاضطرابات الوريدية والتحكم في الوذمة والوذمة الليمفاوية
- الوقاية من تكرار القرحة الوريدية في الساق
- الوقاية من تكرار القرحة الوريدية في الساق والدوالي الشديدة
- مثالي للمرضى الذين لا يتحملون الضمادات الضاغطة، على سبيل المثال، لأسباب تجميلية، كما هو الحال في المرضى الأصغر سنًا

موانع الاستخدام
- الضغط قد لا يكون مناسبًا في حالة التعرق الشديد والجروح الكبيرة
- في حالة الأطراف الكبيرة أو غير المنتظمة الشكل، يكون استخدام ضمادات الضغط أكثر ملاءمة
- يوصى باستخدام الوسادات والضمادات في حالة المرضى الذين يتمتعون بأطراف صغيرة جدًا أو بنتوءات عظمية
- يجب علاج الأطراف الوذمية الليمفاوية بضمادات مرنة قصيرة المدى، على سبيل المثال، Actico®، قبل تطبيق الجوارب الضاغطة
- مرضى السكري – فقط بعد الحصول على إشراف أخصائي وتحت إشراف دقيق
- مرض الشرايين الطرفية الكبير (نقص التروية) وفقًا لتقييم الأوعية الدموية. مؤشر ABPI أقل من 0.8 إلا بعد الحصول على إشراف أخصائي وتحت إشراف دقيق وإجراء فحوصات منتظمة
- فشل القلب الاحتقاني لأن الضغط قد يؤدي إلى حدوث زيادة في الحمل القلبي
- الحساسية المعروفة لأنسجة الجوارب

تقييم الشكل والحجم
- تأكد من أن الجوارب الضاغطة Activa مناسبة للمريض
- تأكد من أن شكل الطرف مناسب لارتداء الجوارب الضاغطة Activa، على سبيل المثال، وفقًا لتصنيف الأطراف
- لتحديد مقاس الجورب، يجب قياس الأطراف في الصباح الباكر مباشرة أو مباشرة بعد إزالة الضمادات من المريض
- في حالة الأطراف الصغيرة جدًا أو النتوءات العظمية، يكون الحشو والضمادات أكثر ملاءمة
- إذا لزم الأمر، يمكن استخدام ضمادات ضاغطة قصيرة المدى، على سبيل المثال، Actico®، أسفل الجوارب الضاغطة لإعادة تشكيل الطرف وتقليل الوذمة
- إذا لزم الأمر، استخدم ضمادة ملامسة مناسبة
- يمكن استخدام الضمادات أو الحشو، مثل واقيات الكاحل

الجورب الضاغط Activa 10mmHg لمريض
1 أدخل يدك في الجورب. أمسك بعناية بمنطقة الكعب وقلب الجورب. بهذه الطريقة، ستبقى أصابع القدم بالداخل. ثن الحافة بمسافة 2-3 سم تقريبًا لتسهيل إدخال أصابع القدم والكعب في الوضع الصحيح
2 افرد هذه 2-3 سم أثناء إدخال أصابعك والكعب في الوضع الصحيح
3 اسحب الجورب برفق فوق القدم والكعب والكاحل
4 و 5 اسحب الجورب تدريجيًا على الساق – لا تضغط
6 يجب سحب الجوارب الضاغطة للركبة حتى ثنية الركبة خلف ركبة المريض

ملاحظة: إذا كنت تخطط لاستخدام جورب Activa 10mmHg مع جورب ضاغط آخر مرتفع الضغط Activa، فتأكد من وضعه بشكل صحيح على الطرف.

الجورب الضاغط Activa 30mmHg
بعد وضع الجورب الضاغط Activa 10mmHg الأبيض بشكل صحيح على الطرف، تكون عملية تطبيق الجورب الثاني مماثلة للخطوات من 1 إلى 6 أعلاه. ومع ذلك، نظرًا لطبيعة الجورب الضاغط الناعمة والسلسة، يكون من السهل إدخال الطبقة الثانية.

لأسباب صحية، أو للراحة، أو للسلامة، أو لأغراض المراقبة، يمكن إزالة الجورب الضاغط الخارجي إذا لزم الأمر.

ملاحظة: تأكد من عدم وجود أي قيود في منطقة أصابع القدم بالجورب الضاغط بعد تطبيقه.

تطبيق الجورب الضاغط Activa (الجورب الضاغط Activa 10mmHg والجورب الضاغط Activa 30mmHg) على الطرف الخاص بك
تتم عملية التحضير والتطبيق بالطريقة نفسها الموضحة في الفقرتين السابقتين. ومع ذلك، استخدم الصور المقابلة كدليل لوضع اليد والقدم.

العناية بالجوارب الضاغطة
- لإزالة كل جورب، اسحب الطبقات بحركة سلسة ولطيفة لأسفل، وليس بلفها
- عند العناية به بشكل صحيح، يوفر الجورب الضاغط Activa المستوى الموصى به من الضغط لما يصل إلى 100 غسلة
- يمكن غسل الجورب الضاغط Activa يدويًا في درجة حرارة تصل إلى 40 درجة مئوية. لا تستخدم أي مبيض.
- تجنب استخدام منعمات الأقمشة أثناء الغسيل
- لا تقم بتجفيف الجورب الضاغط في المجفف أو الجاف أو الكي. تجنب تعرضه لأشعة الشمس المباشرة أو أي مصدر حرارة آخر
- تجنب تعرض الجورب الضاغط للتلف بسبب الكدمات أو الجلد الخشن أو الأظافر
- يجب فحص الأحذية التي يرتديها المريض للتأكد من عدم وجود أي أشياء قد تتسبب في تآكل الجورب الضاغط بسرعة