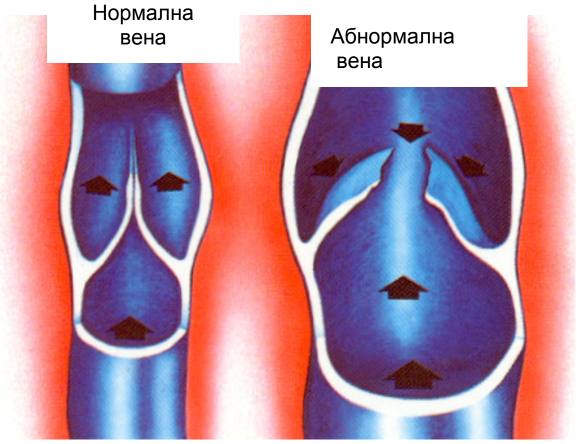
MACEDONIAN

SOUTH EASTERN SYDNEY ILLAWARRA
NSW HEALTH

ЧОРАПИ ЗА КОМПРЕСИЈА ЗА СПРЕЧУВАЊЕ НА ПОВТОРНОТО СОЗДАВАЊЕ НА ВЕНСКИ ЧИРОВИ НА НОЗЕТЕ

COMPRESSION STOCKING TO PREVENT VENOUS LEG ULCERS RETURNING

Што се венските чирови на нозете?
What are venous leg ulcers?



Венските чирови на нозете се последица од неправилната работа на вашите вени кои не можат да ја вратат крвта од нозете назад во срцето. Ваквата состојба води до зголемено натекување на долниот дел на нозете, што предизвикува формирање на чирови. За да им помогнете на вените да ја вратат крвта назад во срцето и да се намали натеченоста, мора да носите чорапи за компресија за да го спречите повторното создавање на чирот.

Чорапите за компресија треба да бидат многу стегнати во секое време. Ве молиме придржувајте се до следните совети:

ЧОРАПИ ЗА КОМПРЕСИЈА (COMPRESSION STOCKINGS): Откако еднаш чирот ќе зарасне со помош на завои, ќе треба секој ден да носите чорапи за компресија за да не дојде до повторно формирање на чир. Вашиот доктор или медицинска сестра ќе ви посочат дали треба да носите чорап за компресија на едната нога или на двете нозе.

ЗА ДА ВИ СЕ ПОМОГНЕ ВО НОСЕЊЕТО НА ЧОРАПИТЕ ЗА КОМПРЕСИЈА ТРЕБА:
TO HELP YOU WEAR YOUR COMPRESSION STOCKING EACH DAY PLEASE:

- *Да се туширате навечер непосредно пред спиење (не се туширајте наутро)*
- *Да ја масирате кожата на нозете со хидратантен крем (на пример Sorbolene) по туширањето*
- *Да спиете со нозете поткренати (поткренете го малку долниот дел на креветот)*
- *Да ги ставите на нозете чорапите за компресија наутро пред да ги спуштите нозете на под (за да се спречи потечување). Препорака: чувајте ги чорапите покрај креветот*
- *Да ги покриете сите отворени рани (повреди на кожата или чирови) пред да ги ставите чорапите за компресија*
- *Ако заради жешкото време стане неиздржливо да се носат чорапите, можете да ги извадите, НО НЕМОЈТЕ да одите наоколу додека се извадени чорапите за компресија, затоа што нозете веднаш ќе потечат и повторното ставање на чорапите ќе биде тешко.* Одморајте се така што глуждовите ќе ги поткренете повисоко од колковите и движете ги стопалата напред-назад за да ја подобрите циркулацијата!

ЧОРАПИТЕ МОРА ДА СЕ ЗАМЕНАТ СЕКОИ 6 МЕСЕЦИ или според упатствата на производителите!!!

STOCKINGS MUST BE REPLACED EVERY 6 MONTHS and as per manufacturers instructions!!!

SOUTH EASTERN SYDNEY
ILLAWARRA
NSW HEALTH

ЧОРАПИ ЗА КОМПРЕСИЈА
ЗА СПРЕЧУВАЊЕ НА ПОВТОРНОТО СОЗДАВАЊЕ НА ВЕНСКИ ЧИРОВИ НА НОЗЕТЕ

COMPRESSION STOCKING
TO PREVENT VENOUS LEG ULCERS RETURNING

СТАВАЊЕ НА ЧОРАПИТЕ: (FITTING): *чорапите за компресија можат да бидат многу тешки за ставање. Кога ги купувате чорапите прашајте дали има нешто што може да ви помогне да ги „ставите“ и да ги „извадите“ чорапите.*
Кога ги ставате чорапите за компресија:

- *Заштитете ги од накит и од ноктите – носете памучни или гумени нараквици*
- *Кога ќе ги тргате нагоре чорапите немојте премногу да ги растегнувате. Чорапите треба да почнат кај палецот и да завршат веднаш под чашката на коленото (не го набирајте и не го превиткувајте горниот крај на чорапите затоа што тоа може да го запре приливот на крв во ногата)*
- *Секогаш носете ги чорапите како што пишува во упатството*

ОДРЖУВАЊЕ НА ЧОРАПИТЕ ЗА КОМПРЕСИЈА (CARE OF COMPRESSION STOCKING):

- *Не употребувајте кремови со витамин Е или хидратанти кремови на база на петролеум*
- *Перете ги чорапите секој ден на рака или во машина на програм за деликатно перење*
- *Користете благо средство за перење*
- *Немојте да ги сушите на директно сонце – НЕМОЈТЕ ДА ГИ СУШИТЕ во сушач за алишта*
- *Не ги водените чорапите и не употребувајте варикина (bleach)*
- *Секогаш сушете ги чорапите рамно положени (ако ги обесите на жица може да се растегнат)*

Извадете ги чорапите за компресија и обратете се кај домашниот лекар, патронажната медицинска сестра или во одделот за итни случаи ако сте загрижени или забележите нешто од следново:

(Please remove the compression stocking and contact your GP, Community Health Nurse or hospital emergency department if you are concerned or notice any of the following):

- *Зголемена болка во прстите на стапалото, стапалото или ногата*
- *Синкаста боја на прстите на стапалото*
- *Здрвување, студеност или натеченост на прстите на стапалото, стапалото или ногата*
- *Пробив на флека низ чорапите за компресија од рана на ногата*