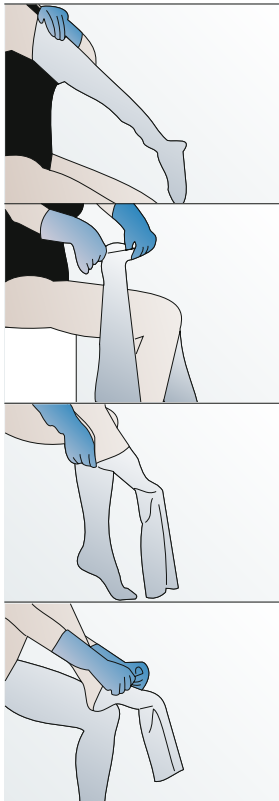


Wie ziehe ich meinen Strumpf an?

Ziehen Sie Ihre Kompressionsstrümpfe möglichst mit Gummihandschuhen und stets ohne Schmuck und Uhr an, damit Sie das Gestrick nicht beschädigen. Die Gummihandschuhe haften am Gestrick und erleichtern das Greifen und Anlegen erheblich.

Beim Anziehen ist ein Überdehnen durch zu starken Zug zu vermeiden, da der Strumpf dann nicht richtig am Bein sitzt. Dies hat zur Folge, dass die Druckverteilung nicht stimmt und der Strumpf wie ein Gummiband zurückrutscht und sich in der Kniekehle sammelt. Einschnürungen können dann die Folge sein.

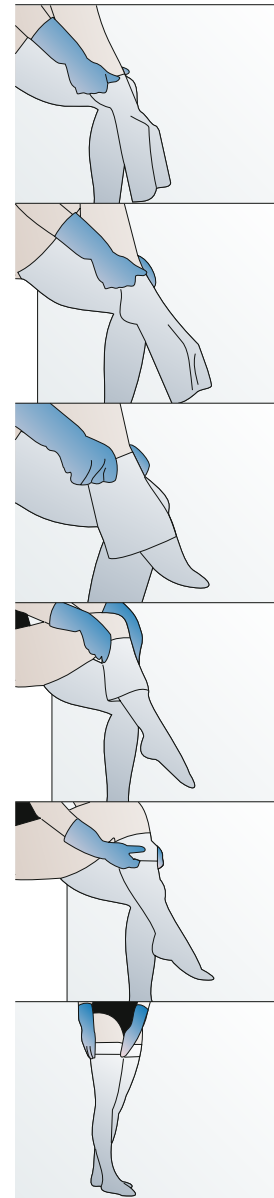


1.
Mit Gummihandschuh in den Strumpf hineinfassen und die Ferse greifen.

2.
An der Ferse den Strumpf auf links ziehen.

3.
Den Strumpf bis zur Ferse über den Fuß ziehen.

4.
Das Gestrick der oberen Lage in der Fußmitte fassen.



5.
Die Gestrickfalte über die Ferse heben.

6.
Erneut mit beiden Händen das herunterhängende Material fassen.

7.
Das Gestrick gleichmäßig an den Unterschenkel anlegen.

8.
Den Strumpf etappenweise bis zum Knie anlegen.

9.
Nochmals das Gestrick fassen und über das Knie ziehen.

10.
Den kompletten Strumpf oder Strumpfhose auf richtigen Sitz überprüfen.