

# Kompresívne pančuchy

**Mgr. Lucia Balcieraková**

Zdravotnícke pomôcky Dukla, Bratislava

Kompresívna liečba je súčasťou komplexnej liečby chronického žilového ochorenia a má aj ďalšie indikácie. Jej hlavnou úlohou je kompenzácia cievneho riečiska použitím kompresívnych elastických pančúch. Používajú sa na trvalú a dlhodobú liečbu. Princípom liečby je aplikácia graduovaného tlaku na dolnú končatinu v oblasti členka. Pre dosiahnutie správneho efektu je potrebné vybrať vhodný typ.

**Kľúčové slová:** kompresívne elastické pančuchy, kompresívna trieda, kompresívna liečba, chronické žilové ochorenie.

## Compression stockings

Compression therapy is part of a comprehensive treatment of chronic venous disease and it used also in another indications. Its main function is to compensate the vascular bed using elastic compression stockings. They are used for permanent and long-term treatment. The principle of treatment is the application of a graduated pressure on the lower extremity at the ankle. To achieve the proper effect is needed to select the appropriate type.

**Key words:** elastic compression stockings, compression class, compression therapy, chronic venous disease.

Prakt. lekár., 2012, 2(1): 33–35

## Úvod

Prvé **kompresívne elastické pančuchy** boli použité v roku 1760 a boli vyrobené z kože a hodvábu. Od roku 1860 sa pri výrobe začala používať guma, bavlna a hodváb.

V roku 1959 bolo vyvinuté nové, revolučné elastické vlákno elasthan (Lycra), ktoré sa používa dodnes vďaka svojej elasticke, kvalite a funkčnosti.

## Kompresívna liečba

**Kompresívna liečba** je metóda určená na preventívne, ale aj na liečebné účely, spojená s využitím zdravotníckych pomôcok a zameraná na kompenzáciu funkcie cievneho riečiska. Má priaznivý vplyv na venózný systém, arteriálny systém, mikrocirkuláciu, ako aj na lymfatický systém. Najčastejšie sa využíva v liečbe chronického žilového (venózneho) ochorenia

(CHVO) a chronickej venózne insuficiencie (CHVI), ďalšie indikácie kompresívnej liečby sú v tabuľke 1. Kontraindikácie sú zhrnuté v tabuľke 2.

Kompresívna liečba zahŕňa niekoľko **typov zdravotníckych pomôcok:**

- kompresívne obvazy,
- kompresívne pančuchové nohavice,
- kompresívne stehenné a polostehenné pančuchy,
- kompresívne lýtkové pančuchy,
- prístrojová kompresívna liečba.

## Chronické venózne ochorenie

**Chronické venózne ochorenie** (CHVO) je rozšírená choroba, ktorá postihuje povrchový žilový systém alebo aj hĺbkový žilový systém dolných končatín.

**Obrázok 1.** Varixy na dolných končatinách (vľavo stav pred liečbou, vpravo liečené)



Medzi jeho viditeľné prejavy patria kŕčové žily (varixy), ktoré sa vyskytujú častejšie u žien. Varixy sú rozšírené a vyduté, pod kožou presvitajúce žily na dolných končatinách.

Medzi subjektívne príznaky patrí pocit napätia, únavy, ťažkých nôh, pocit horúčavy alebo pocit chladu, svrbenie kože, kŕče v lýtkach, zvýšená potivosť. Neskôr sa pridružujú aj bolesti pozdĺž rozšírených varikózných žíl, najmä pri dlhodobom stoji či sedení. **Varixy** delíme na **tri typy** (obrázok 1):

**Maxis®**

**VÝZNAMNÝ EURÓPSKY VÝROBCA ZDRAVOTNÝCH  
KOMPRESÍVNYCH PANČÚCH**

**Zdravotné kompresívne pančuchy  
Podporné kompresívne pančuchy  
Návleky a bandáže  
Ramenné návleky**

viac informácií na [www.maxis-medica.sk](http://www.maxis-medica.sk)

**MAXIS...we care about you**

**Tabuľka 1.** Základné indikácie kompresívnej liečby (podľa 6)

- Všetky formy varixov vrátane varixov v gravidite
- Chronická venózna insuficiencia
- Akútna flebotrombóza a tromboflebitída
- Stav po prekonaných flebotrombózach a tromboflebitídach
- Stav po operáciách a sklerotizáciách varixov
- Všetky formy lymfedému horných aj dolných končatín
- Lipedém končatín
- Pooperačné a posttraumatické edémy
- Defekty predkola venózneho pôvodu
- Angiodysplastické stavy
- Prevencia venózneho tromboembolizmu
- Prevencia cestovnej trombózy
- Prevencia edémov v gravidite

- metličky sú permanentne rozšírené žily s priemerom menším ako 1 mm;
- retikulárne žily sú rozšírené väčšinou vinuté žily s priemerom 1 – 3 mm;
- kmeňové a vetvové krčkové žily sú vakovito rozšírené, kľukaté povrchové žily s priemerom väčším ako 3 mm, vyskytujú sa väčšinou v jednotlivých kombináciách.

V liečbe žilových ochorení sa využívajú radikálne postupy (chirurgické metódy, sklerotizácia) a konzervatívne postupy (kompresívna a medikamentózna liečba). Cieľom kompresie je vytvoriť tlak na stenu povrchových, najmä hlbokých žíl pomocou elastických obväzov a kompresných pančúch. Kompresívna liečba predstavuje základný typ v prevencii a liečbe CHVO. Až 75 % pacientov sa môže úspešne a dlhodobo liečiť pomocou kompresívnej terapie.

### Výber kompresívnej pomôcky

Na dosiahnutie správneho efektu treba vybrať vhodný typ kompresívnej pomôcky.

Kompresívne obvazy môžu byť krátkočasné alebo dlhočasné. Indikujú sa bezprostredne po operačnom riešení, v prípade potreby aplikovania segmentového tlaku na dolné končatiny. KEP sú indikované na prevenciu a liečbu opuchov, po žilových operáciách a po sklerotizácii varixov. Rozdeľujeme ich na 4. kompresné triedy, z ktorých každá trieda poukazuje na mieru kompresie tlaku, ktorým pôsobí na úrovni členka. Podmienkou liečebného efektu kompresívnych pančúch je gradovaná kompresia so 100 % tlakom v oblasti členka, s postupným znižovaním tlaku smerom nahor, s asi 50 % tlakom v oblasti kolena a 30 % tlakom v oblasti stehna. Smerom hore sa kompresia znižuje.

Kompresívne elastické pančuchy s najmenším kompresívnym tlakom v oblasti členka 10 – 14 mmHg a silou vlákna 70 den sa označujú ako **podporné pančuchy**. Používajú sa ako prevencia pocitov unavených a ťažkých nôh, pre začínajúce

**Tabuľka 2.** Kontraindikácie kompresie (podľa 6)

#### Absolútne kontraindikácie

Závažné periférne ochorenie DK v III. a IV. štádiu klasifikácie Fontaine

Akútne bakteriálne infekcie kože, podkožia a akútne mokvajúci ekzém

#### Relatívne kontraindikácie

Nedostatočne liečené srdcové zlyhávanie

Nedostatočne liečená artériová hypertenzia

Závažné srdcové arytmie

Zápalové ochorenia kože

Ťažké reumatické choroby rúk, ochorenia bedrových kĺbov

Alergia na latex

krčkové žily v podobe metličiek, zlepšujú krvný obeh, zabraňujú vzniku občasným opuchom.

Pančuchy s tlakom v oblasti členka 15 – 21 mmHg a silou vlákna 140 den s miernou kompresiou sú označené **1. kompresnou triedou**, ktoré sa používajú u pacientov v počiatocnom štádiu CHŽO, zmierňujú pocit únavy a napätia v nohách. Používajú sa, keď sú na nohách metličky. Pôsobia proti pocitom ťažkých nôh. Sú vhodné na každodenné nosenie. K 1. kompresnej triede sa zaraďujú aj **antitrombotické kompresívne pančuchy**, ktoré vyvíjajú tlak 13 – 18 mmHg. Sú určené najmä pre pacientov pred operáciou, v jej priebehu a po nej. Znižujú nebezpečenstvo vzniku krvnej zrazeniny v nohách počas hospitalizácie.

Kompresívne pančuchy so stredne silnou kompresiou, ktoré majú stredne silný tlak 23 – 32 mmHg a silu vlákna 360 den, sa označujú **2. kompresnou triedou**. Účinne podporujú funkciu žilových chlopní a stabilizujú tak krvný obeh, čím uľahčujú žilný návrat. Sú nenahraditeľnou súčasťou kompresívnej terapie.

Kompresívne pančuchy **3. a 4. kompresnej triedy** sú predpisované iba vybranej skupine pacientov pri ochoreniach žilového a miazgového systému dolných končatín pre dyskomfort pri natahovaní. Pančuchy 3. kompresnej triedy sa vyznačujú tlakom 35 – 55 mmHg a používajú sa pri závažnej venóznei insuficiencii, lipidéme a lymfedéme. KEP 4. kompresnej triedy sa vyznačujú tlakom nad 55 mmHg. Používajú sa veľmi zriedkavo, a to pri chronických tuhých edémoch a ireverzibilnom lymfedéme.

### Typy a vlastnosti kompresívnych pančúch

KEP dostať kúpiť v zdravotníckych potrebách a v lekárňach. Líšia sa typom pančuchy, materiálom, dĺžkou, veľkosťou a typom kompresie. Existuje množstvo typov KEP (obrázok 2) nielen pre ženy, ale aj pre mužov (obrázok 3).

**Obrázok 2.** Rôzne typy kompresívnych elastických pančúch**Obrázok 3.** Pomôcky na kompresívnu terapiu sa vyrábajú aj pre mužov**Obrázok 4.** Navliekače pančúch môžu byť rôznych typov

Najkratšie sú **podkolenky**, ktoré siahajú od prstov pod koleno. Podkolenky sa vyberajú podľa veľkosti chodidla. Sú pohodlné na chodidle vďaka mäkkej špicí s jemným švom na prstoch, majú zosilnenú pätu. Pohodlné lýtkové ukončenie je k pokožke jemné a mäkké a nezarezáva sa do nohy. **Stehenné pančuchy** siahajú až hore po slabinu, **polostehenné pančuchy** siahajú do polovice stehna. Pre uchytenie na stehne existujú varianty s nekľavým lemom alebo čipkou. Vyrábajú sa v rôznych farebných vyhotoveniach – čiernej, hnedej, čokoládovej, sivej, najnovšie však aj v rôznych iných módnych farbách. Možno predpísať aj **celé pančuchové nohavice**, ktoré siahajú až po pás. Majú vytvarovanú sedáciu čast' a nenápadný vzhľad. KEP sa vyrábajú s uzavretou špicou, ktoré sa používajú pri liečbe primárnych lymfédemov, a s otvorenou špicou, ktoré sa používajú pri liečbe žilových ochorení.

KEP majú **rôzne veľkosti podľa obvodov konštantných miest na končatine**. Meranie sa vykonáva ráno, kým nie je končatina opuchnutá. Výsledky merania sa vyhodnotia podľa tabuľky, ktorú deklaruje výrobca. Pacienti s netypickou veľkosťou si musia dať pančuchy vyrobiť na mieru. Všetky KEP majú zosilnenú pätu.

**Materiál a prídavné látky.** KEP sa vyrábajú z dvoch základných materiálov **nylonu a elastanu**, ktoré sú upravené ďalšími prísadami, a to bylinkami (mikrokapsulami), striebrom alebo bavlnou. Mikrokapsuly s **výťažkami z grapefruitu, citróna, mentolu, tymiánu a urey** regenerujú a vyživujú pokožku, obnovujú starnúce bunky pokožky, dodávajú sviežosť a vitalitu unaveným chodidlám, majú chladiace účinky a hydratujú pokožku. **Striebro** pôsobí ako dezodorant, zabráňuje vzniku nepríjemných pachov a prináša sviežosť. Ióny striebra účinkujú proti širokému spektru baktérií a plesní. Prenikajú ich bunkovou stenou a bránia ďalšiemu množeniu. KEP s prímesou **bavlny** sú vhodné najmä pre pacientov s citlivou pokožkou.

V súčasnosti **základné požiadavky na moderné KEP**, ktoré by mali zabezpečiť aj maximálny terapeutický efekt, sú:

- optimálna zdravotná funkčnosť,
- perfektné padnúca veľkosť,
- komfort,
- trvanlivosť
- estetika.

**Zásady správneho nosenia KEP** sú:

- treba ich začať nosiť postupne, najskôr 2 – 4 hodiny denne a dĺžku nosenia postupne predlžovať;

- pančuchy sa nosia preventívne cez deň hlavne pri záťaži, aby sa zabránilo bolestiam, napätiu v lýtkach či opuchom dolných končatín, ktoré sa objavujú v popoludňajších a večerných hodinách;
- pančuchy sa navliekajú ráno, kým dolné končatiny nie sú opuchnuté ;
- pre ľahšie obliekanie je potrebné použiť navliekač pančúch (obrázok 4) alebo gumené rukavice;
- KEP sa musia obliekať do výšky, na ktorú sú určené, napr. podkolenky po koleno;
- okraje pančúch sa nesmú otočiť, pretože sa tlaky sčítajú a môže dôjsť k zaškrtaniu končatiny;
- počas spánku sa KEP nenosia, úľavu možno dosiahnuť polohovaním končatín.

### Preskripčné obmedzenie a úhrady zdravotnej poisťovne

Na kompresívne pančuchy 2. – 4. kompresnej triedy môže vypísať lekársky poukaz angiológ, internista, cievy chirurg, chirurg a dermatológ. Lýtkové pančuchy 2. kompresnej triedy môže vypísať aj ortopéd a tehotenské pančuchy aj gynekológ. Pančuchy 2. – 4. kompresnej triedy sú plne alebo čiastočne hrazené poisťovňou, pričom pacient má nárok na dva páry ročne. KEP 1. kompresnej triedy nie sú poisťovňou uhrádzané vôbec.

### Literatúra

1. Šestáková Z. Elastická kompresívna liečba. Lekárnické listy 2010; 10: 30–32.
2. Štvrtinová V. Chronické žilové ochorenie a cestovanie. Lekárnické listy 2010; 6: 44–45.
3. Švestková S. Sestra 2005; 12: 40.
4. Štvrtinová V. Liečba žilového ochorenia. Sprievodca pacienta.
5. Vestník MZ SR 2011; 59, osobitné vydanie.
6. Rusnáková H. Vaskulárna medicína 2011; 3: 150–152.
7. Stracenská J. Ako sa zorientovať v pomôckach na kompresívnu terapiu. Via practica 2009; 6: 458.
8. Švestková S. Kompresívna terapie u chronického žilového ochorenia. Dermatologie pro praxi 2009; 3: 238.
9. Katalóg výrobkov. Aries.
10. Katalóg spoločnosti Maxis, a. s.

**Mgr. Lucia Balcieraková**  
Laborant pre zdravotnícke  
a diagnostické pomôcky  
ZP Dukla, Dulovo Námestie č. 1,  
821 08 Bratislava  
vzpdukla@gmail.com



SIGVARIS – svetová jednotka v oblasti zdravotných kompresívnych pančúch «Made in Switzerland»

### SPOLAHLIVOSŤ

Viac ako 150 rokov skúseností v oblasti kompresie.

### ÚČINNOSŤ

Dokázaný a zaručený zdravotný účinok v liečbe veno-lymfatických ochorení.

### ODBORNOSŤ

Nepretržitý lekársky výskum a najmodernejší technologický vývoj.

### ROZMANITOSŤ

Široký výber modelov veľkostí a farieb pre každú príležitosť, každý vek a každú požiadavku.

### KVALITA

Výrobky certifikované podľa popredných a uznávaných noriem kvality – GZG-RAL, Öko-Tex a ďalších.

SIGVARIS výhradný dovozca pre Slovensko:  
**ZAGARA s.r.o.**, Račianske myto 1/D,  
831 02 Bratislava  
Tel : +421 (2)4444 20 32,  
e-mail: sigvaris@zagara.sk

Váš spoľahlivý partner v kompresívnej terapii.

