KOMPRESSZIÓS HARISNYA KISOKOS

6 kérdés- 6 válasz a kompressziós harisnyákról

www.mamigyogyit.hu

Kompressziós harisnya webshop

Copy Right

MINDEN JOG FENNTARTVA:
EXCELLENCE MED KFT, 2022

Szerzői jogok
A szerzői jogról szóló 1999. évi LXXVI. törvény (továbbiakban: Szjt.) 1. § (1) bekezdése értelmében a kiadvány szerzői műnek minősül, így annak minden része szerzői jogi védelem alatt áll. Az Szjt. 16. § (1) bekezdése alapján tilos a kiadványban található szövegek, fotók, grafikai és szoftveres megoldások engedély nélküli felhasználása, másolása, illetve bármely olyan alkalmazás használata, amellyel a kiadvány, vagy annak bármely része módosítható.

A kiadványból és annak adatbázisából tilos bármilyen anyagot átvenni. Minden másolás jogi és anyagi következményeket, valamint ügyvédi eljárást von maga után, előzetes figyelmeztetés nélkül.
A kiadványban található információk, szolgáltatások nem helyettesíthetik szakember véleményét. Kérjük, minden esetben forduljon szakorvoshoz!
A TERMÉKEK NEM SZOLGÁLNAK BETEGSÉGEK KEZELÉSÉRE, GYÓGYÍTÁSÁRA.

A jogtulajdonos:

Excellence Med Kft.

© Copyright

Üdvözöllek!

DR. BIRTA ORSOLYA
Orvos

Ismerkedj meg velem! Én írtam a Kompressziós Harisnya Kisokost.

DR. BIRTA ORSOLYA vagyok, a KOMPRESSZIÓS HARISNYA KISOKOS szerzője.

A lábproblémák nagyon elterjedtek a fejlett országokban, így hazánkban is: statisztikák szerint az emberek 30-60%-a szenved valamilyen lábproblémától, korosztálytól és nemtől függően. Minden második ember szenved lábfájástól vagy fáradnak el a lábai estére a sok rohangálásban, vagy éppen ellenkezőleg, állómunka végzése miatt. Te is szenvedhetsz ezektől a problémáktól

Évek óta dolgozom kompressziós harisnyákkal. Orvosként az célom, hogy minél kevesebb visszér és trombózis alakuljon ki a magyar emberekben. Azért írtam ezt a kiadványt, hogy megismerd Te is a kompressziós harisnyák világát, és elkerüld ezeket a súlyos, nemritkán életveszélyes betegségeket.

Kezdhetjük?

TARTALOMJEGYZÉK

01 Mik azok a kompressziós harisnyák, és mire jók?

02 Hányféle kompressziós harisnya létezik?

03 Milyen célból lehet/kell kompressziós harisnyát viselni?

04 Hogyan válassz kompressziós harisnyát?

05 Meddig kell viselned a kompressziós harisnyát?

06 Mire kell még figyelned kompressziós harisnya választásakor?

Bevezetés

LÁBDAGADÁS, VISSZÉR, TROMBÓZIS: NÉPBETEGSÉGEK

A lábproblémák nagyon elterjedtek a fejlett országokban: statisztikák szerint az emberek 30-60%-a szenved valamilyen lábproblémától, korosztálytól és nemtől függően. Minden második ember szenved lábfájástól vagy fáradnak el a lábai estére a sok rohangálásban, vagy éppen ellenkezőleg, állómunka végzése miatt.

Visszérmegelőzés, lábdagadás megelőzése

Ha Te is szenvedsz ezektől a tünetektől, akkor érdemes kompressziós harisnya viselésén elgondolkodnod.

Trombózismegelőzés

A kompressziós harisnyák és kompressziós zoknik segítenek a műtét utáni trombózis megelőzésében is, valamint fekvőbetegek esetében is hasznosak.

A fotón egy kompressziós zoknit láthatsz.

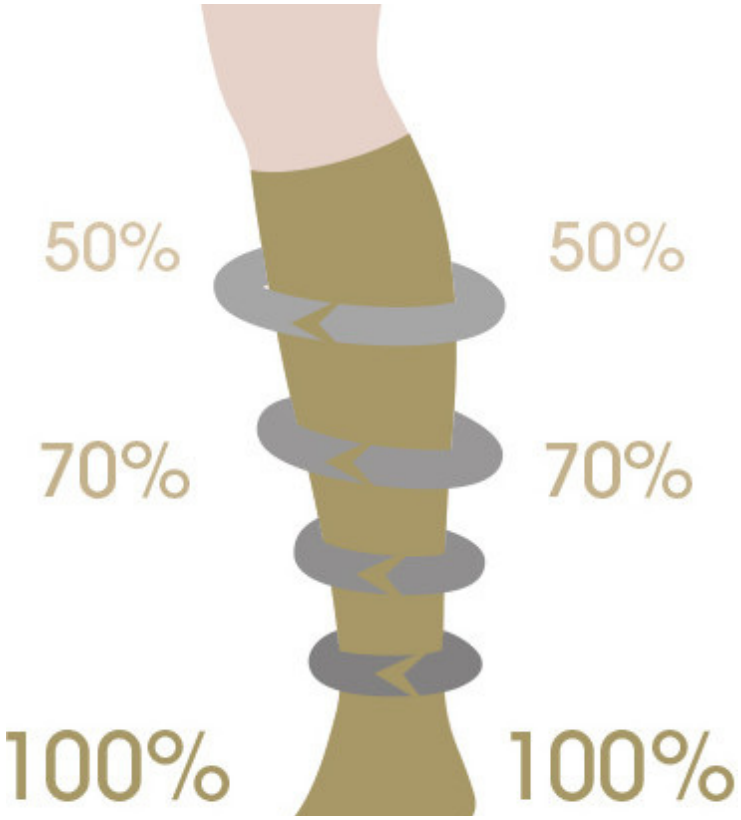
JEGYZETEIM

MIBEN TUDNA NEKEM SEGÍTENI A KOMPRESSZIÓS HARISNYA?

Kérdés

01

MIK AZOK A KOMPRESSZIÓS HARISNYÁK, ÉS MIRE JÓK?



VÁLASZ 01

FOKOZATOS KOMPRESSZIÓ

A kompressziós harisnyák fokozatos összenyomást biztosítanak. A legnagyobb mértékű kompresszió a boka szintjében történik, és a medence irányába haladva csökken a kifejtett nyomás. Ez a típusú kompresszió elősegíti a vénás áramlás pumpálásáért felelős izommunkát, és nagyon kedvező hatású a vérkeringésre.

MEGELŐZÉS

Hosszú ülés és állás során a vér pangani kezd az alsó végtagokban. A megnövelt kompresszió elősegíti a vénás visszaáramlást az alsó végtagokból a szív felé. Ez csökkenti a varixok (=vénás tágulatok) kialakulását, és egyéb problémák előfordulását, mint például a fájó és a duzzadt láb kialakulását. A kompressziós harisnyák az összenyomást biztosítják tehát, így segítenek a visszérbetegségek megelőzésében, és a visszeres panaszok enyhítésében.

Kérdés

02

HÁNYFÉLE KOMPRESSZIÓS HARISNYA LÉTEZIK?

Rengetegféle kompressziós harisnya kapható. A kompressziós harisnyákat például a következők szerint csoportosíthatjuk:
- a harisnya hossza alapján
- a harisnya viselésének célja alapján
- a harisnya vastagsága alapján
- különböző színek alapján
- a kompressziós fokozat alapján (1-es, 2-es vagy 3-as, 4-es kompressziós erősségű)
- valamint férfi, női vagy uniszex kompressziós harisnyák is léteznek.

VÁLASZ 02

A KOMPRESSZIÓS HARISNYÁK HOSSZA

Hosszúság szerint léteznek: kompressziós térdzoknik vagy más néven kompressziós térdfixek, kompressziós combharisnyák, más néven kompressziós combfixek, és kompressziós harisnyanadrágok is.

A KOMPRESSZIÓS HARISNYÁK ERŐSSÉGE

Erősség szerint úgy különböztetjük meg a kompressziós harisnyákat, hogy hány Hgmm nyomást fejtenek ki a boka szintjében. Az I-es kompressziós osztály nem fejt ki akkora kompressziót, mint a II-től felfelé. Általánosan elmondható, hogy az I-es kompressziós osztályú, mérsékelt kompressziót biztosító kompressziós harisnyák által kifejtett nyomás 15-22 Hgmm között van (gyártótól függően), a II-es vagy magasabb kompressziós osztályba tartozók pedig ennél erősebb nyomást fejtenek ki.

VÁLASZ 02

A KOMPRESSZIÓS HARISNYÁK SZÍNE

Színben is gazdag a választéka a kompressziós harisnyáknak, kompressziós zokniknak. A trombózismegelőző modellek színe gyakran fehér- így férfiak is viselhetik- és kellene is- műtét előtt, de főleg utána. Természetesen léteznek testszínű/bézs színű, de fekete, sőt még mintás kompressziós harisnyák is, amelyek mindennapra viselhetőek.

FÉRFI, NŐI ÉS UNISZEX MODELLEK

Lehet férfi, női és uniszex modelleket találni. Ha kompressziós „harisnyákról" beszélünk, automatikusan hölgyekre gondolunk, pedig a férfiak is veszélyeztetettek visszérre és trombózisra nézve. Bár a nőkben valóban 2x gyakrabban alakul ki visszérbetegség. De a férfiak is figyeljenek oda a lábaikra. Szerencsére a gyártók nemcsak klasszikus női harisnyadrágokat gyártanak kompressziós kivitelben, hanem gondolnak a férfiakra is. Ezen a fotón például a Lipoleastic cég termékeit láthatod. A Lipoelastic cég kompressziós zokniai például uniszexek: hölgyek és urak is viselhetik bátran őket!

Kérdés

03

MILYEN CÉLBÓL LEHET/KELL KOMPRESSZIÓS HARISNYÁT VISELNI?

VÁLASZ 03

MEGELŐZŐ KOMPRESSZIÓS HARISNYÁK

Cél szempontjából lehet megelőző és terápiás kompressziós harisnyákról beszélni. A megelőző kompressziós harisnyák célja, ahogyan a nevük is jelzi: megelőzés. Vannak speciális kompressziós harisnyák visszérmegelőzés céljából, valamint trombózismegelőzés céljából is. Ezek az úgynevezett I-es kompressziós osztályba tartozó harisnyák. Nem kell őket receptre felírni, szabadon megvásárolhatóak. A felső fotón trombózismegelőző harisnya látható, az alsó fotón visszérmegelőző kompressziós harisnya.

TERÁPIÁS KOMPRESSZIÓS HARISNYÁK

A terápiás kompressziós harsinyák erősebb kompressziót biztosítanak, és kialakult vénás betegségek kezelésére javasolja őket szakorvos. Ezek a II-től a IV-es kompressziós osztályba tartoznak, receptre fel lehet őket íratni.

Kérdés

04

HOGYAN VÁLASSZ KOMPRESSZIÓS HARISNYÁT?

VÁLASZ 04

VISSZÉRMEGELŐZÉS CÉLJÁBÓL

Ha nincsenek panaszaid, „csak" lábaid szépségét és egészségét szeretnéd megelőzni, bátran válogass a 70 vagy 140 den-es, mérsékelt kompresszót biztosító kompressziós térdzoknikból, combfixekből vagy harisnyanadrágokból. Ha férfiként olvasod ezt, ugyanez vonatkozik rád, csak te a kompressziós térdzoknikat nézegesd.

TROMBÓZISMEGELŐZÉS CÉLJÁBÓL

Ha műtéthez keresel kompressziós harisnyát, trombózis megelőzéséhez, akkor értelemszerűen a trombózismegelőző harisnyák közt keresgélj. Találni fogsz térdig érő és combig érő kompressziós modelleket is- igazából nem mutattak ki hatékonyságbeli különbséget a két modell között, de mivel a műtét amúgy is orvosi beavatkozás, így minden esetben kérd ki a kezelőorvosod tanácsát! A legtöbb orvos egyébként a combtőig érő harisnyát javasolja.

Kérdés

05

MEDDIG KELL VISELNED A KOMPRESSZIÓS HARISNYÁT?

VÁLASZ 05

I-ES KOMPRESSZIÓS ERŐSSÉG:

Az I-es, megelőző kompressziós harisnyákat nyugodtan viselheted egész nap- de fokozatosan szoktasd hozzá lábaid, mert azért ez jobban szorít, mint egy „normális" harisnya.
Ha trombózismegelőző harisnyát javasol az orvosod, akkor őt kérdezd, meddig kell viselned, főleg műtét után.

II-ES VAGY NAGYOBB KOMPRESSZIÓS ERŐSSÉG:

A II-es és erősebb kompressziós erősségű terápiás harisnyákat addig viseld, amíg az orvos mondja.

Kérdés

06

MIRE KELL MÉG FIGYELNED KOMPRESSZIÓS HARISNYA VÁLASZTÁSAKOR?

Megbízható gyártótól vásárolj. Legyen ellenőrzött, CE jeles a kompressziós harisnya. Legyen magyar nyelven címkézve, ahogyan a magyar jogszabályok szerint kell. **A magasabb ár és a jobb minőség általában itt is kéz a kézben járnak-** bár természetesen vannak kivételek. Egy prémium minőségű, ellenőrzött, Európában gyártott kompressziós harisnyát nem kapsz meg párszáz forintért. Ha extrára vágysz, például mintás kompressziós harisnyára, az sem az olcsó kategória- cserébe viszont kapsz egy olyan terméket, amellyel sokáig elégedett leszel, nem fogsz nagymamásan kinézni, és senki nem fogja megmondani, hogy kompressziós harisnyát viselsz. **A méretet körültekintően válaszd ki.** Ebben nagy segítségedre vannak az üzletekben az asszisztensek, a webáruházakban pedig a jól érthető, egyértelmű mérettáblázatok.

VÁLASZ 06

VIGYÁZZ AZ ÉLES KÖRMÖKKEL

A kompressziós harisnya viselésekor kerüld az éles körmök használatát, és vigyázz, ne akadjon bele a harisnyába például gyűrű, ékszer, ami kiszakíthatja. Szintén óvatosan kell felvenni: a specilis szövésnek köszönhetően ezek kevésbé rugalmasak, kevésbé "nyúlnak", és el is szakadhatnak rángatáskor.

MOSÁS, SZÁRÍTÁS

A kompressziós harisnyákat, zoknikat kézzel mosd ki, kímélő mosószerrel, és fektetve szárítsd. Természetesen a vasaló használata tilos, csakúgy, mint a fehérítőké. Ne tedd ki közvetlen napfénynek- óvd a harisnyádat, így sokáig használhatod majd.
Tipp: a szárítógépet se erőltesd. Inkább legyen több harisnyád, és váltogasd őket.

MELYIK KOMPRESSZIÓS HARISNYÁT AJÁNLOM?

A LIPOELASTIC ÉS A LIPOTHROMBO HARISNYÁKAT, ZOKNIKAT AJÁNLOM NEKED.

ORVOSKÉNT, AZ EXCELLENCE MED KFT VEZETŐJEKÉNT TÖBB ÉVE FORGALMAZOM A LIPOELASTIC CÉG ÁLTAL GYÁRTOTT, KIEMELKEDŐ MINŐSÉGŰ KOMPRESSZIÓS HARISNYÁKAT ÉS KOMPRESSZIÓS ZOKNIKAT.

Több ezer elégedett vásárlónk van, és jómagam és családom is napi szinten használjuk a Lipoelastic cég által gyártott kompressziós harisnyákat.

Legyen szó egy hosszabb utazásról, vagy egy szép ruha harisnyával történő viseléséről, de akár sportról, futásról: mindig a Lipoelastic cég kompressziós harisnyáit és zoknijait használjuk.Ezen a fotón engem láthatsz, egy meetingre készülve egy elegáns ruhában- egy Lipoelastic kompressziós harisnyanadrág van rajtam,, mert ezek a modellek annyira szépek, hogy alkalomra is egészen nyugodtan felvehetőek.

KINEK MELYIK KOMPRESSZIÓS HARISNYÁT AJÁNLOM?

TROMBÓZISMEGELŐZÉS CÉLJÁBÓL MŰTÉT, CSÁSZÁRMETSZÉS VAGY HOSSZÚ FEKVŐBETEGSÉG MIATT A LIPOTHROMBO KOMPRESSZIÓS HARISNYÁT VAGY ZOKNIT AJÁNLOM NEKED. LÁBDAGADÁS ESETÉN IS VÁLASZTHATOD A LIPOTHROMBO MODELLEKET. Ezeket a kompressziós harisnyákat, zoknikat az alábbi linkre kattintva éred el:

http://www.mamigyogyit.hu/lipothrombo/

VISSZÉRMEGELŐZÉS CÉLJÁBÓL A LIPOELASTIC 70 ÉS 140 DENES KOMPRESSZIÓS HARISNYÁKAT AJÁNLOM NEKED. Ezeket a harisnyanadrágokat az alábbi linkre kattintva éred el:

http://www.mamigyogyit.hu/termekkategoria/kompresszios-harisnya/kompresszios-harisnyanadrag/

01

TROMBÓZISMEGELŐZÉS:

LIPOTHROMBO kompressziós combfix és térdfix

02

LÁBDAGADÁS:

LIPOTHROMBO kompressziós combfix és térdfix

03

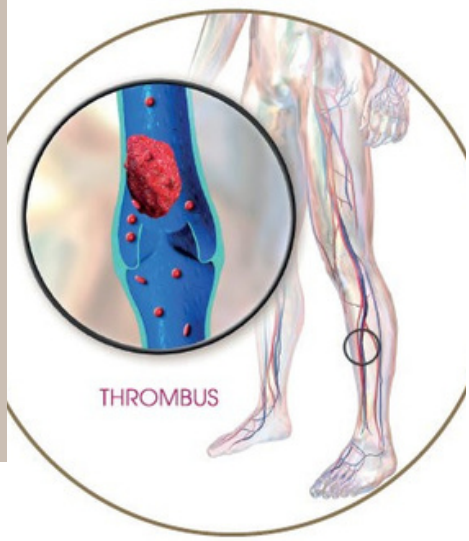
VISSZÉRMEGELŐZÉS:

LIPOELASTIC kompressziós harisnyanadrág

Kompressziós harisnya webshop

HASZNOS LINKEK

Visszér- és trombózismegelőzés témában



KATTINTS A CIKKEKHEZ:

- **Trombózismegelőzés**
- **Mire való a kompressziós harisnya?**
- **Helyes használat**
- **Kompressziós harisnya TEDD-NE TEDD!**
- **COVID-19 és trombózis**

KATTINTS A TERMÉKEKHEZ:

- **LIPOTHROMBO COMBFIX**
- **LIPOTHROMBO TÉRDFIX**
- **LIPOELASTIC HARISNYANADRÁG**
- **ÖSSZES KOMPRESSZIÓS HARISNYA**
- **ÖSSZES KOMPRESSZIÓS ZOKNI**

Ha még mindig maradtak kérdéseid a kompressziós harisnya kiválasztásának témájában, a következő oldalon találsz egy nagyon egyszerű check- listát, amely segít kiválasztani a Számodra legmegfelelőbb kompressziós harisnyát.
Fontos, hogy kérdezd meg a kezelőorvosodat is, bármilyen kérdésed van!

Kompressziós harisnya webshop

Check-lista

Válaszolj a kérdésekre IGEN- nel vagy NEM- mel! Az értékelés segít eldönteni, melyik kompressziós harisnya ajánlott Számodra,

Kérdések	IGEN	NEM
1.Műtét utánra keresek trombózismegelőző harisnyát.	☐	☐
2.Császármetszés utánra keresek kompressziós harisnyát.	☐	☐
3.Tartósan fekvő beteg számára keresek kompressziós harisnyát.	☐	☐
4.Lábdagadásra keresek kompressziós harisnyát.	☐	☐
5.Mindennapi viseletre keresek szép, testszínű vagy mintás kompressziós harisnyát, hogy ne legyenek visszereim.	☐	☐

ÉRTÉKELÉS

Ha az 1, 2, és/vagy a 3-as kérdésre IGEN- nel feleltél, Neked a LIPOTHROMBO trombózismegelőző kompressziós harisnya ajánlott.

Ha a 4-es kérdésre IGEN- nel feleltél, Neked a LIPOTHROMBO kompressziós harisnya és a LIPOELASTIC visszérmegelőző modellek is ajánlottak.

Ha az 5-ös kérdésre IGEN- nel feleltél, Neked a LIPOELASTIC visszérmegelőző kompressziós harisnya ajánlott.

Ha nem kaptál választ, szívesen segítek, vedd fel velem a kapcsolatot e-mail-ben: info@excellencemed.net, illetve kérdezd kezelőorvosod!

Remélem eddig eljutva sok hasznos információt tudtál meg a kompressziós harisnyákról.

Mostmár tudod, milyen sokféle kompressziós harisnya és kompressziós zokni létezik, megismerted a főbb különbségeket, és azt is megtudhattad, milyen panaszokra milyen kompressziós harisnya lehet a megoldás.

Fontos viszont tudnod, hogy ez a kiadvány nem helyettesíti az orvosi vizsgálatot és a személyre szabott orvosi tanácsadást sem. Kérdések esetén mindig a kezelőorvosodat keresd fel!

"Rendelni szeretnék harisnyát. Mi a következő lépés?"

Ha a Lipoelastic és/vagy Lipothrombo kompressziós harisnya megrendelése mellett döntöttél, sok szeretettel várlak a webshopomban, ahol a Lipoelastic cég által gyártott kompressziós harsinyákról minden információt megtalálsz.
Ide kattintva éred el a webshopot:

http://www.mamigyogyit.hu/termekkategoria/kompresszios-harisnya/

VÁSÁRLÓI VÉLEMÉNY A LIPOTHROMBO ZOKNIRÓL

Engedd meg, hogy megosszam Veled egy nagyon kedves orvos kolleganőm véleményét a Lipothrombo kompressziós zoknikról. Nagyon pozitív véleménye van, öröm volt olvasnom, mert én ezért dolgozom a Lipoelastic és a Lipothrombo kompressziós termékekkel, hogy az emberek lábproblémáin segíthessek.

Thank you

Ma van a foporobaja a lipothrombonak ugyeletben 😂
Figyelj nekem ez allati kenyelmes amikor huzom fel akkor erzem hogy picit nehez a labfejemen felhuzni, de a labszaramon nem szenvedek vele.
En mindig azt hallottam hogy mennyire nagyon szorit meg hogy 10-12 ora utan elviselhetetlen egy kompresszios harisnya (igaz nem tudom melyik kompresszios fokozatu)
De ehhez kepest nekem nagyon komfortos a labamon
A talpam hosszara kell ez a meret es a pabszaram hosszara is.

Ha rendelni szeretnél:
A RENDELÉS LÉPÉSEI

A megrendelés lépései 01

IDE KATTINTVA éred el a webshopot.

Válaszd ki a webshopból a megrendelni kívánt modellt, a méretet, és a darabszámot. Tedd a kosárba, majd kövesd a "Tovább a pénztárhoz" gombot.

A megrendelés lépései 02

A szállítási díjat automatikusan kiszámolja számodra a webshopunk. Többféle szállítási mód közül választhatsz, az aktuálisak vannak mindig feltüntetve a weboldalon.

A megrendelés lépései 03

Fogadd el a kötelező GDPR-elfogadnivalókat (be kell ikszelni a négyzeteket), majd kattints a "Megrendelés elküldése" gombra.

A megrendelés lépései 04

Kapsz egy visszaigazoló e-mail-t, hogyan tudsz fizetni, kövesd az abban leírt utasításokat.

A megrendelés lépései 05

Miután megérkezett az átutalásod, egy munkanapon belül postára adjuk a csomagod. Nincs más hátra, mint hátradőlve várnod a futárt. :-)

Jegyzeteim

KÖSZÖNÖM, HOGY VELEM TARTOTTÁL!

Remélem hasznos volt számodra ez a kiadvány.
Örülök, ha megosztod velem a véleményed mind erről a PDF-ről, mind pedig a Lipothrombo és a Lipoelastic harisnyákról, amennyiben vevőink között üdvözölhetlek.
Így tudod ezt megtenni: Írj egy e-mail-t az info@excellencemed.net e-mail- címre.
Minden e-mail-t én olvasok, és személyesen válaszolok rájuk. :-)

KÖSZÖNÖM, HOGY VELEM TARTOTTÁL!

Várlak a többi Social Media felületemen is, és feliratkozhatsz a hírlevelemre is!

Subscribe

YOUTUBE INSTAGRAM HÍRLEVÉL PINTEREST

Kompressziós harisnya webshop