

Hinweise

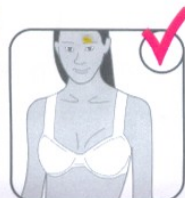
Wichtige Hinweise für Sie



1 Kleidung – Kleidungsstücke sollten nicht einengen oder gar abschnüren, z. B. BH's, Mieder, Bodies.



7 medizinische, therapeutische Betreuung – Keine Blutdruckmessungen, Akupunktur, Injektionen und Wärmebehandlungen an der betroffenen Extremität ausführen lassen.



2 Brustprothese – Das Tragen einer leichten Brustprothese kann Entlastung bringen.



8 Ernährung – Auf eine ausgewogene Ernährung achten und mindestens 2 Liter am Tag trinken. Am besten ungesüßte Getränke, Mineralwasser oder Tee.



3 Schmuck – Am betroffenen Arm keine Armbanduhr und keinen Schmuck tragen.



9 Urlaub – Urlaubsreisen in sehr warme oder gar subtropische Gebiete vermeiden.



4 Gemütszustand – Stress auf jeden Fall vermeiden, da sich dadurch die Gefäße zusammen ziehen bzw. sogar verkrampfen können.



10 Hautpflege – Unbedingt regelmäßige Hautpflege durchführen, z. B. mit mediven® DAY, NIGHT, SOFT & FRESH.



5 Verletzungen –

- Bei Garten- und Hausarbeit möglichst Haushaltshandschuhe tragen, um Verletzungen zu vermeiden.
- Schürfwunden, Schnitte, Kratzer und Bisse durch Haustiere vermeiden.



11 Wärme – Starke Wärmeeinwirkung, z. B. Sauna, Sonnenbad und heiße Vollbädern meiden.



6 Nagelpflege – Bei der Nagelpflege unbedingt darauf achten, den Nagelfalz nicht zu verletzen.



12 Ernährung – Bei der Ernährung sollte auf genügende Ballaststoffe geachtet werden, z. B. Vollkornprodukte, Rohkost, Obst und Gemüse.