

## “Heel Lock” bandage



Het kiezen van de juiste bandagebreedte is belangrijk. Stelregel; Voor volwassenen gelden de volgende breedtematen:  
knie: 10 centimeter, enkel: 8 centimeter, pols: 6 centimeter.



Om bij een enkel te meten kan het ook als volgt: meet de onderkant van het enkel-



## De “Heel Lock” bandage

Deze vorm van verbinden voorkomt een te grote beweeglijkheid van de hiel. De normale bewegingen van de enkel tijdens het lopen zijn wel mogelijk maar de eindstanden worden beschermd. Bij het aanleggen van de bandage (met gewoon ideaal windsel of elastoplast, niet met tape), moet u ervoor zorgen dat de voet in een hoek van 90 graden staat met het onderbeen. Doe dit, door de voorvoet op de rand van de stoel te zetten en dan de hiel te laten zakken. Nog makkelijker is het als iemand anders de bandage omwikkelt terwijl u uw voet naar u toetrekt.

o.a. Bedrijfs hulpverlening / Basishulpverlening (BHV)  
• Eerste hulp volgens richtlijnen LPEV of Oranje Kruis  
• Werken op hoogte en/of besloten ruimte • Te water geraking  
• Werken met een quad • Hijsen en heffen  
• Gevaarlijke stoffen • Werken aan de weg • Reanimatie en AED  
• RISK Medewerker • Training arbocatalogus  
• Crisismanagement • Gedragsveranderingen • Calamiteitenoefeningen



Vinkwijkseweg 22 - 7038 EP ZEDDAM  
T +31 (0)314 - 65 31 01 • info@riskorganisatie.nl

Dependance  
Pinksterbloem 112 - 8607 DZ SNEEK

Dependance  
Kennemerstraatweg 464 - 1851 NG HEILOO

[www.riskorganisatie.nl](http://www.riskorganisatie.nl)



# RISK ORGANISATIE

## Gepassioneerd, gedreven en professioneel



## “Heel Lock” bandage

# "Heel Lock" bandage

