



**Anziehhilfe für  
Kompressionsstrümpfe**

**Stocking aid  
for compression stockings**

**Enfile-bas pour  
bas de contention**

**Aantrekhulp  
voor steunkousen**

1. Platzieren Sie Ihren Kompressionsstrumpf innerhalb des Halbkreises im Rahmen und stülpen Sie das Bündchen über den Halbkreis. Die Ferse des Strumpfes zeigt dabei nach hinten.
2. Ziehen Sie den Strumpf weiter über den Halbkreis, bis sich die Ferse mittig und am oberen Ende des Halbkreises befindet (abhängig von der Strumpfgröße könnte es nötig sein, die Ferse etwas tiefer ziehen zu müssen).
3. Setzen Sie sich hin. Schlüpfen Sie soweit mit dem Fuß in den Kompressionsstrumpf, bis der Fuß vollständig auf dem Boden steht. Hilfreicher Tipp: Halten Sie die Ferse des Strumpfes gegen den Rahmen während Ihr Fuß in den Strumpf gleitet.
4. Nehmen Sie die gepolsterten Griffe und ziehen Sie den Strumpf mit der Anziehhilfe behutsam bis zur Wade. Vermeiden Sie es, den Strumpf zu überdehnen.
5. Ziehen Sie nun die Anziehhilfe ein wenig zurück und herunter, um den Strumpf zu lösen.
6. Überprüfen Sie den sauberen Sitz der Ferse und die Länge des Strumpfes. Glätten Sie eventuell vorhandene Fältchen, indem Sie mit Ihrer Handfläche über den Strumpf streichen.

Auch längere Strümpfe (bis zum Oberschenkel, bzw. bis zur Taille) können mit der Anziehhilfe angezogen werden. Verfahren Sie genauso wie bei kniehohen Strümpfen und ziehen Sie den oberen Teil per Hand hoch.

1. Place your compression stocking inside the semi-circle frame and pull the top of the stocking down over the semi-circle. The heel of the stocking needs to face the back of the stocking aid.
2. Continue to slide the stocking down over the semi-circle until the heel is centered and even with the top of the semi-circle. (It may be necessary to pull the heel farther down depending on foot and stocking size.)
3. While sitting, insert your foot into stocking until your foot is completely on the floor. Helpful tip: hold the heel pocket against the frame as you slide your toes into the stocking.
4. Hold the padded handles and gently pull the stocking aid and stocking up the leg until the stocking is above the calf. Try not to overstretch the stocking.
5. Pull the stocking aid backward and down, free of the stocking.
6. Be sure the heel of the stocking is properly placed on the foot, then adjust the length and smooth out any wrinkles by stroking and smoothing with the palm of your hands.

Tigh and waist height stockings can also be donned using your stocking aid with the lower leg applied in the same manner as a knee length stocking and then pulling the upper portion into place by hand.

1. Placez le bas de contention à l'intérieur du demi-cercle dans le cadre, puis rabattez le bord du bas par-dessus le demi-cercle. Le talon du bas doit être dirigé vers l'arrière.
  2. Continuez de rabattre le bas de contention par-dessus le demi-cercle jusqu'à ce que le talon soit situé bien au milieu dans la partie supérieure du demi-cercle (selon la taille du bas, il est possible que vous deviez tirer le talon un peu plus vers le bas).
  3. Asseyez-vous. Glissez votre pied dans le bas de contention jusqu'à ce qu'il soit posé à plat sur le sol. Conseil pratique : maintenez le talon du bas contre le cadre pendant que vous glissez votre pied dedans.
  4. Saisissez les poignées capitonnées et tirez avec l'enfile-bas sur le bas de contention jusqu'à ce qu'il recouvre le mollet. Évitez de distendre le bas.
  5. Rabaissez ensuite légèrement l'enfile-bas pour libérer le bas de contention.
  6. Vérifiez la bonne position du talon et la longueur du bas de contention. Lissez les éventuels plis en passant la main à plat sur le bas.
- L'enfile-bas peut également s'utiliser pour enfiler des bas plus longs (allant jusqu'aux cuisses ou jusqu'à la taille). Procédez comme pour les bas allant jusqu'aux genoux, puis tirez la partie restante à la main.

1. Plaats de kous over de halfcirkelvormige middensteun van het frame en trek de kous over de middensteun. Daarbij moet de hiel van de kous naar achteren wijzen.
  2. Trek de kous verder op over de middensteun tot de hiel zich in het midden van de bovenzijde van de middensteun bevindt (afhankelijk van de kousmaat kan het noodzakelijk zijn de hiel wat lager te trekken).
  3. Ga zitten. Schuif de voet in de steunkous tot de voet op de vloer staat. Handige tip: Houd de hiel van de kous tegen het frame, terwijl u de voet in de kous plaatst.
  4. Neem de gevoerde handgrepen en trek de kous met de aantrekhelp voorzichtig tot aan het kuitbeen. Daarbij de kous niet overrekken.
  5. Trek vervolgens de aantrekhelp weer een beetje op en neer om de kous los te trekken.
  6. Controleer of de hiel en de kous goed zit. Zo nodig bestaande plooien met de hand gladstrijken.
- Ook langere kousen (tot aan de dij of tot aan de taille) kunnen worden aangetrokken met behulp van de aantrekhelp. Doe hetzelfde met kniekousen en trek de rest van de kous met de hand omhoog.