

Lymffis

1/2019

SUOMEN LYMFÄHOITO RY:N JÄSENTIEDOTE



- **Lipödeemaseminaari Turussa**
- **Ruokavalion vaikutus syöpä- ja muihin kroonisiin sairauksiin**

sivut 4-6

sivut 14-17

Käyttökokemuksia 6D teipistä

Tutustuin ensimmäisen kerran 6D teippiin syksyllä Lymfologian Kongressissa. Teippi vaikutti todella mielenkiintoiselta ja halusin tietää siitä lisää. Otin Tapani Taskisen ja Jussi Karkelaan yhteyttä ja he tulivat kertomaan työpaikallamme lisää teipin käytöstä ja ominaisuuksista.



Esittelystä lähtien olen käyttänyt 6D teippiä yläraajojen lymfaturvotuksiin, kiristävien leikkausarpien alueelle sekä faskiakudoksen liikuttamiseen. Tai oikeastaan itse olen teipannut ja potilaat ovat jatkaneet teipin käyttöä kotona. Teippi on pysynyt iholla hyvin reilun viikon verran ja teippi on muistuttanut potilaita toteuttamaan aktiivista itsehoitoa useita kertoja päivässä.

Teipin käyttö on ollut potilaista helppoa. Teipin kahvojen ansiosta esim. faskiakudoksen liikuttaminen eri suuntiin on potilaille monesti helpompaa kuin omin käsin tehty hieronta. Moni saattaa myös arkailla leikkausarven koskettamista ja tällöin teipin avulla ihon liikuttaminen on miellyttävämpi keino aloittaa arven hierominen.

Käyttökokemukseni perusteella 6D teippi on hyvä apuväline fysioterapeutin työvälineenä ja potilaiden aktiivisen itsehoidon edistämiseksi.

Katja Ristimäki