

Bandażowanie kończyny górnej:

- Kciuk
- Palce
- Dłoń
- Przedramię
- Łokieć

Bandażowanie kończyny dolnej:

- Stopa
- Goleń
- Kolano

Bandażowanie głowy:

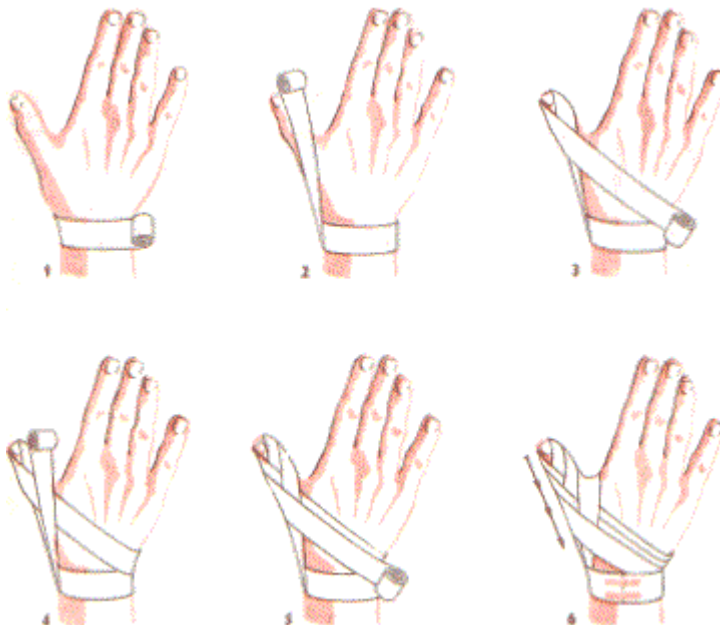
- Ciemię, czoło

## **Bandażowanie kończyny górnej**

### ***Kciuk***

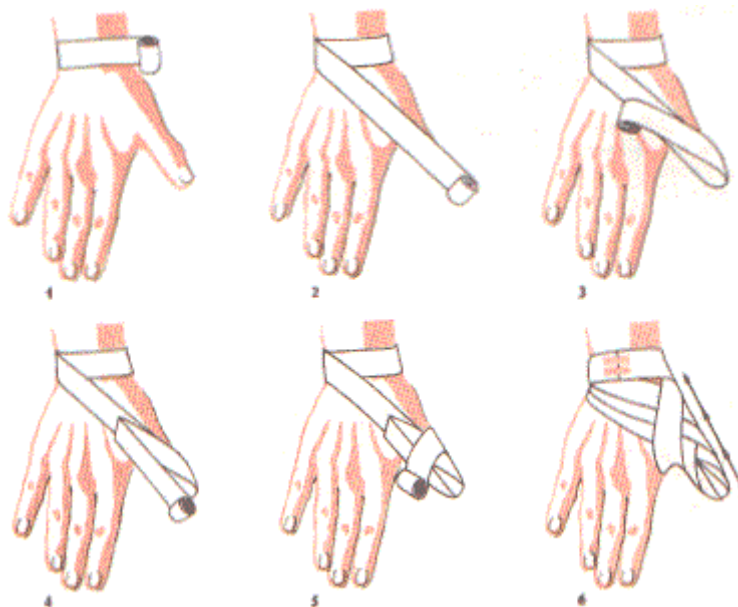
#### Opatrunek kłosowy kciuka wstępujący niepełny

Rozpoczynamy obwojem kolistym na nadgarstku (1) przechodzimy na kciuk do samej góry (2) Wykonujemy pętlę dookoła kciuka i kierujemy opaskę z powrotem na nadgarstek. Powstało pierwsze kłosowanie (3). W ten sam sposób, co pierwsze, wykonujemy drugie kłosowanie nieco niżej od poprzedniego (4,5). W ten sam sposób wykonujemy trzecie kłosowanie jeszcze niżej i kończymy obwojem kolistym wokół nadgarstka, koniec bandaża umocowujemy przylepcem. Powstał opatrunek kłosowy kciuka wstępujący (6).



### Opatrunek kłosowy kciuka wstępujący pełny

Po zamocowaniu na nadgarstku(1), przeprowadzamy opaski powrotne na czubku kciuka (2, 3, 4, 5), po czym nakładamy obwoje kłosowe wstępujące (6).



### Opatrunek kłosowy kciuka ZSTĘPUJĄCY niepełny

Po rozpoczęciu obwojem kolistym na nadgarstku (1), nakładamy obwoje kłosowe w odwrotnym kierunku, tzn. Pierwszy jest bliżej nadgarstka (2), ostatni - bliżej czubka kciuka. Zakończenie również na nadgarstku (lub obwojem kolistym wokół kciuka) (3).



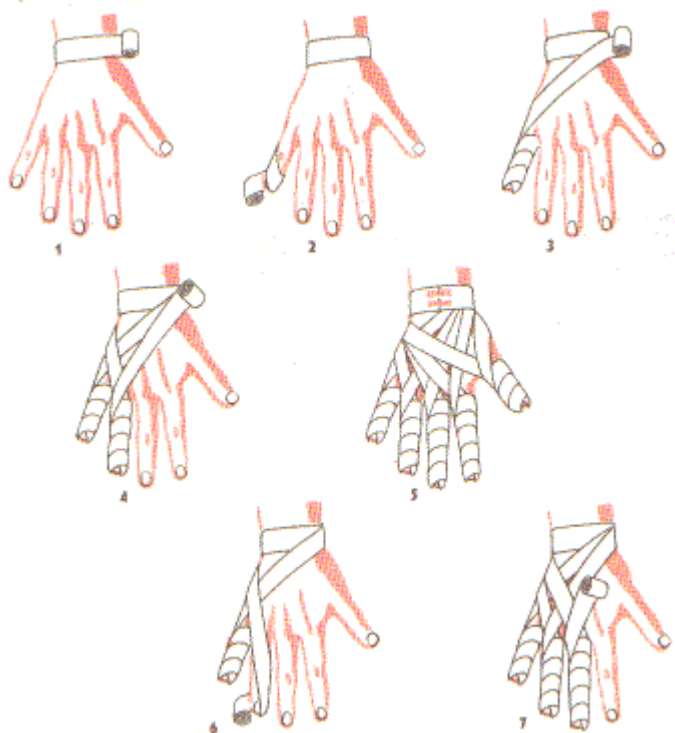
### Uwaga

W podobny sposób można również bandażować I, 2, 3, 4 palce. Wewnętrzna strona dłoni pozostaje wolna. Rękawiczkę można wykonywać również jako obwój pełny, przeprowadzając dodatkowo na każdym czubku palca obwoje powrotne, wzmocnione obwojem kolistym (por. Opatrunek kłosowy kciuka wstępujący pełny 2, 3, 4, 5), a dopiero po tych obwojach nakładając obwoje śrubowe.

## **Palce**

### OWINIĘCIE palców - tzw. RĘKAWICZKA

Rozpoczynamy obwojem kolistym na nadgarstku (1) przechodzimy na mały palec od strony wewnętrznej i wykonujemy kilka obwojów śrubowych: od czubka do nasady palca, liczba obwojów śrubowych zależy od długości palca (2) przeprowadzamy opaskę na okolicę nadgarstka i wykonujemy niecały obwój kolisty (3) przechodzimy na następny palec, wykonując jw, kilka obwojów śrubowych, po czym kierujemy opaskę na nadgarstek - przez grzbiet dłoni (4,5) Po przejściu od strony nadgarstka na palec środkowy, wykonujemy jw. kilka obwojów śrubowych (6). Te same obwoje wykonane są już w podobny sposób na palcu wskazującym i kciuku, po czym opatrunek został zakończony przylepcem na nadgarstku (7).



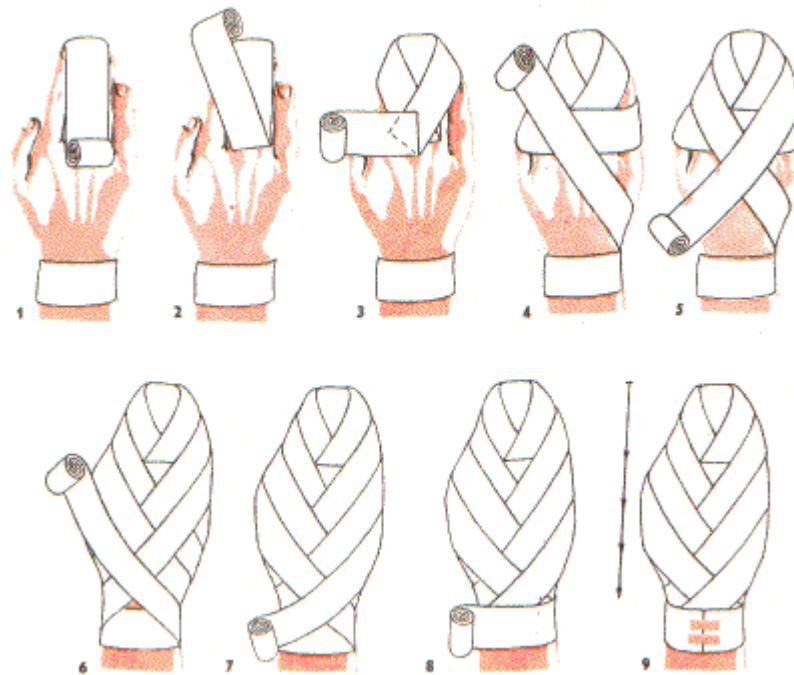
Rękawiczkę na ręce lewej zaczynamy od kciuka, a nie od małego palca, w przeciwnym razie obwoje na grzbiecie dłoni nie będą się na przemian krzyżować, co gwarantuje wzajemne ich przytrzymywanie się (1-7).



## ***Dłoń***

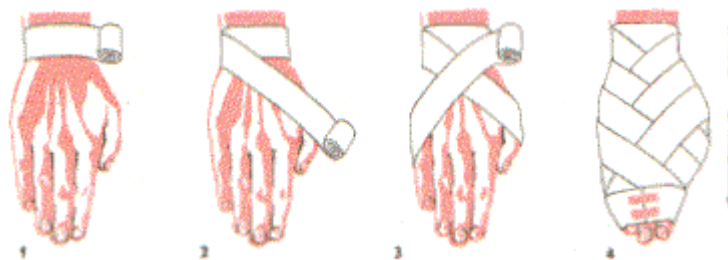
### Opatrunek kłosowy dłoni WSTĘPUJĄCY pełny

Rozpoczynamy obwojem kolistym na nadgarstku i następnie od wnętrza dłoni przeprowadzamy opaskę powrotną (tam i z powrotem) przez środek złączonych palców (1) następnie skośnie z prawej strony (2), potem skośnie z lewej strony, po czym wszystkie opaski powrotne przymocowujemy obwojem kolistym przez środek złączonych palców (3). Zaczynamy kłosowanie - począwszy od czubków palców tak, aby przykryć 2/3 ostatniej opaski powrotnej (kłosowanie jest to pętla dookoła dłoni ze skrzyżowaniem na grzbiecie) (4, 5) (por. Opatrunek kłosowy kciuka wstępujący niepełny). W podobny sposób wykonujemy drugi obwój kłosowy (jeśli dłoń jest duża, można wykonać tych obwojów więcej). Powstał opatrunek kłosowy wstępujący (6, 7, 8). Kończymy obwojem kolistym na nadgarstku, koniec bandaża umocowujemy przylepcem (9).

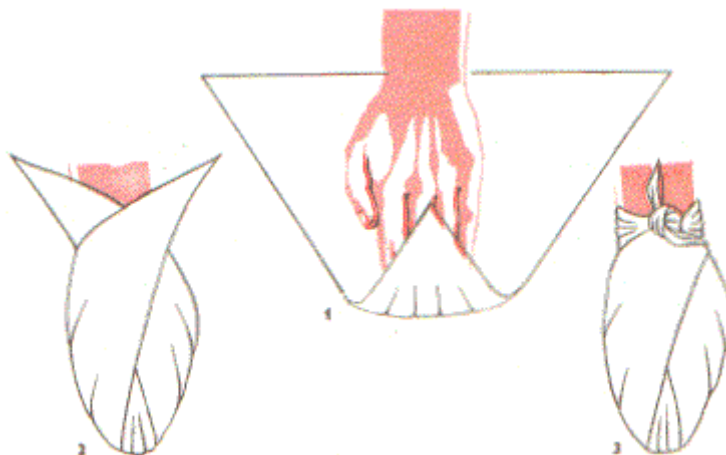


#### Opatrunek kłosowy dłoni zstępujący niepełny

Opatrunek wykonujemy bez o-pasek powrotnych na czubkach palców. Po rozpoczęciu obwojem kolistym na nadgarstku (1), nakładamy obwoje kłosowe w odwrotnym kierunku: tzn. pierwszy jest bliżej nadgarstka (2, 3), ostatni bliżej czubków palców. Kończymy obwojem kolistym na nadgarstku lub wokół złączonych palców (4). Jest to zawsze opatrunek kłosowy niepełny.



### Opatrunek dłoni za pomocą chusty trójkątnej



### **Przedramię**

#### Opatrunek kolisty i śrubowy

Obwój kolisty wykonuje się dookoła 1 osi, można wykonać kilka razy tak, aby każda następna opaska pokrywała w pełni poprzednią (1). W tym przypadku jest on początkiem obwoju śrubowego. Obwój śrubowy - obwoje nakładamy od dołu do góry, każdy obwój następny pokrywa 2/3 poprzedniego (2).



#### Opatrunek zaginany

Rozpoczynamy obwojem kolistym (1), następnie w połowie obwoju śrubowego zaginamy opaskę ku dołowi, podtrzymując kciukiem (2) - opaska w tym momencie skierowana jest główką w dół, dalej wykonujemy znowu 1/2 obwoju śrubowego i znowu opaskę zaginamy. Obwoje te powtarzamy dowolną liczbę razy, uważając, aby zagięcia wypadły na samym grzbiecie przedramienia, jedno nad drugim (3). Opaska taka nadaje się do opatrunków z dużą ilością waty czy ligniny, nie jest zbyt ścisła.



### Opatrunek kłosowy WSTĘPUJĄCY (ósemkowy)

Rozpoczynamy obwojem kłosowym na nadgarstku, przeprowadzamy obwój skośny aż do łokcia i tuż pod łokciem wzmocniamy obwojem kolistym (1), następnie przeprowadzamy obwój skośny od łokcia do nadgarstka - powstaje pierwsze kłosowanie (2). Obwoje kłosujące powtórzono 4 razy, zakończono obwojem kolistym tuż pod łokciem (3).

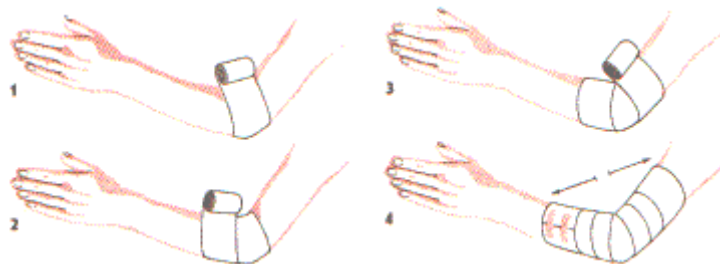


### **łokieć**

#### Opatrunek żółwiowy łokcia rozbieżny

łokieć, obwój rozbieżny

Rozpoczynamy obwojem kolistym przez środek łokcia, lekko zgiętego (1) Następny obwój prowadzimy nieco skośnie od zewnątrz ku środkowi, poniżej obwoju początkowego (2) trzeci obwój prowadzimy nieco skośnie ku środkowi powyżej obwoju początkowego (3) przeprowadzamy jeszcze po jednym obwoju poniżej i powyżej obwoju początkowego i kończymy na przedramieniu (4).



### Opatrunek żółwiowy łokcia zbieżny

łokieć, obwój zbieżny

Rozpoczynamy obwojem kolistym nieco skośnym na przedramieniu tuż poniżej czubka łokcia (1) przechodzimy na ramię, przeprowadzając obwój kolisty nieco skośny tuż powyżej czubka łokcia (2) wracamy znowu na przedramię, przeprowadzając obwój nieco bliżej czubka łokcia, pokrywając 1/3 poprzedniego (3) Przeprowadzamy jeszcze jeden obwój na ramieniu i przedramieniu, pokrywając 2/3 poprzedniego i kończymy na środku łokcia (4).



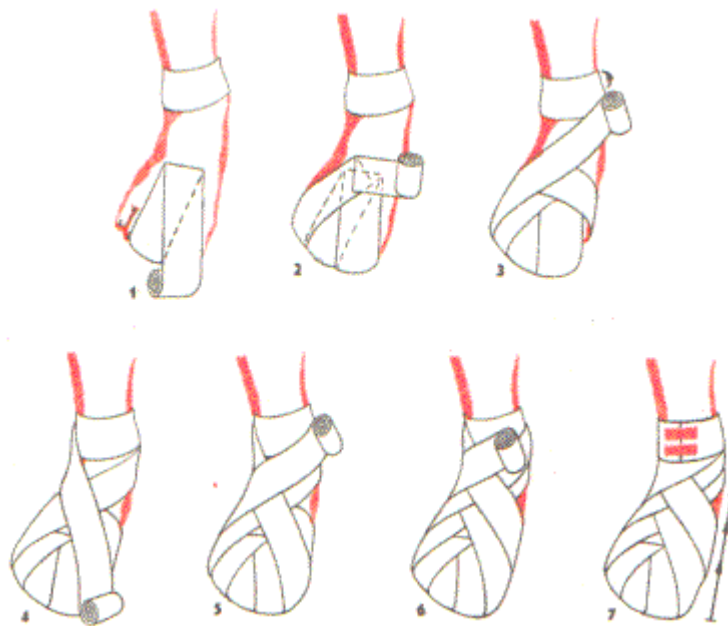
## **Bandażowanie kończyny dolnej**

### ***Stopa***

#### Opatrunek kłosowy stopy pełny wstępujący

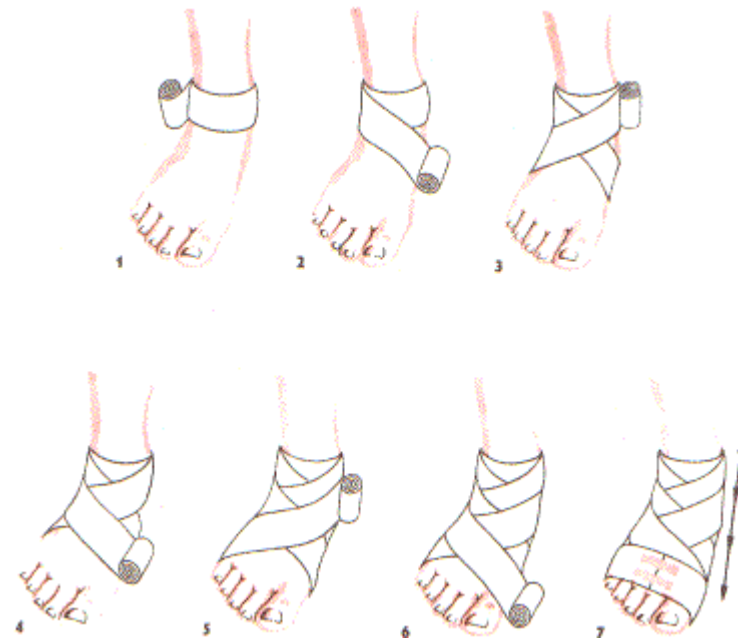
Rozpoczynamy obwojem kolistym w stawie skokowym. Wykonujemy opaskę powrotną przez środek palców (od strony podeszwy w kierunku grzbietu stopy), następnie z lewej strony palców (1) potem z prawej strony palców i wzmacniamy obwojem kolistym w poprzek śródstopia (2) następnie od czubka palców zaczynamy kłosowanie aż do stawu skokowego (3) i z powrotem na czubki palców z drugiej strony oraz wykonujemy jeszcze jeden obwój kłosowy od strony zewnętrznej (4, 5). Na rycinie (6) widoczne jest kłosowanie powtórzone 2,5-krotnie. Opatrunek zakończamy obwojem kolistym wokół stawu skokowego(7).





#### Opatrunek kłosowy stopy niepełny zstępujący

Rozpoczynamy obwojem kolistym wokół stawu skokowego (1) przeprowadzamy pierwsze kłosowanie wokół stopy, najbliższej pięty i stawu skokowego (2, 3) Następnie przeprowadzamy drugie kłosowanie wokół stopy, nieco dalej od poprzedniego (4, 5) oraz przeprowadzamy pot trzeciego kłosowania (6) i kończymy obwojem kolistym wokół stopy, umocowujemy przylepcem (7).



## **Goleń**

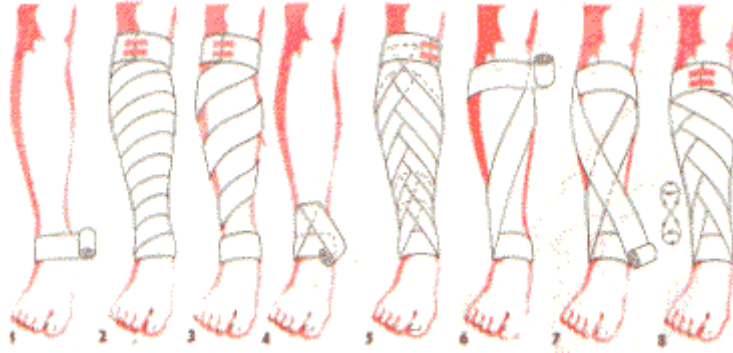
### Opatrunek kolisty, śrubowy I opatrunek wężykowy

Na rycinie (1) widać wykonany obwód kolisty dookoła stawu skokowego, następnie wykonany obwód śrubowy goleni (2) (obwoje nakładane są skośnie jeden na drugi, przy czym każdy następny pokrywa 2/3 poprzedniego), zakończenie obwojem kolistym znajduje się pod kolaniem, na rycinie (3) widać wykonany opatrunek wężykowy goleni. Technika podobna, jak przy opatrunku śrubowym, z tym że pomiędzy obwojami skośnymi pozostaje wolna przestrzeń.

### Opatrunek zaginany

Na rycinie (4) wykonany obwód kolisty wokół stawu skokowego oraz 1/2 obwoju śrubowego, następnie zagięcie opaski w dół, na kciuku, główka bandaży jest w tym momencie obrócona w dół. Na rycinie (5) widać obwód zaginany, powtórzony 7 razy aż pod kolano - zagięcia tworzą rysunek kłosa, zakończenie nastąpiło pod kolaniem. Opatrunek kłosowy wstępujący (ósemkowy)

Po rozpoczęciu obwojem kolistym na stawie skokowym i przejściu ukośnie pod kolano, umocowujemy opaskę obwojem kolistym pod kolaniem (6), przechodzimy z powrotem skośnie na staw skokowy - powstaje pierwsze kłosowanie (7) następnie wykonujemy w podobny sposób jeszcze kilka obwojów kłosowych jeden nad drugim i kończymy obwojem kolistym pod kolaniem (8).



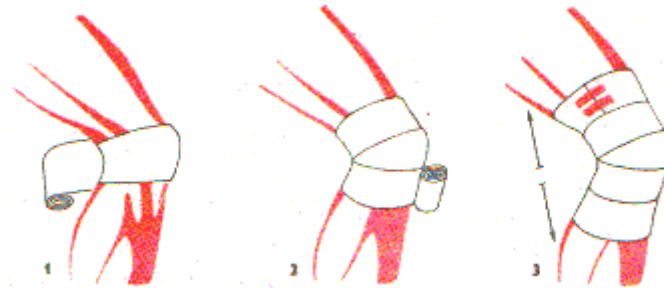
#### Uwaga

Kończyny dolne bandażujemy zawsze od dołu ku górze, aby nie tamować krążenia żylnego. Opatrunek zaginany jest luźny, dlatego nadaje się najlepiej do przytrzymywania opatrunków z grubą warstwą ocieplającą - watą, ligniną lub flanelką.

#### **Kolano**

##### Opatrunek żółwiowy kolana rozbieżny

Rozpoczynamy obwojem kolistym wokół kolana (1) Wykonujemy obwój skośny nad obwojem kolistym, potem pod obwojem kolistym (2). Na rycinie (3) widać obwoje rozbieżne przeprowadzone z każdej strony po 2 razy (nad i pod kolaniem). Opatrunek zakończony jest obwojem kolistym wokół uda.



##### Opatrunek żółwiowy kolana zbieżny

Rozpoczynamy obwojem kolistym wokół goleni tuż poniżej kolana (1) Przechodzimy na udo tuż powyżej kolana, przeprowadzamy obwój kolisty nieco skośnie i przechodzimy z powrotem poniżej kolana (2). Na rycinie (3) widać obwoje zbieżne wykonane z każdej strony po 2 razy. Opatrunek zakończony jest obwojem kolistym na samym kolanie.



#### Uwaga

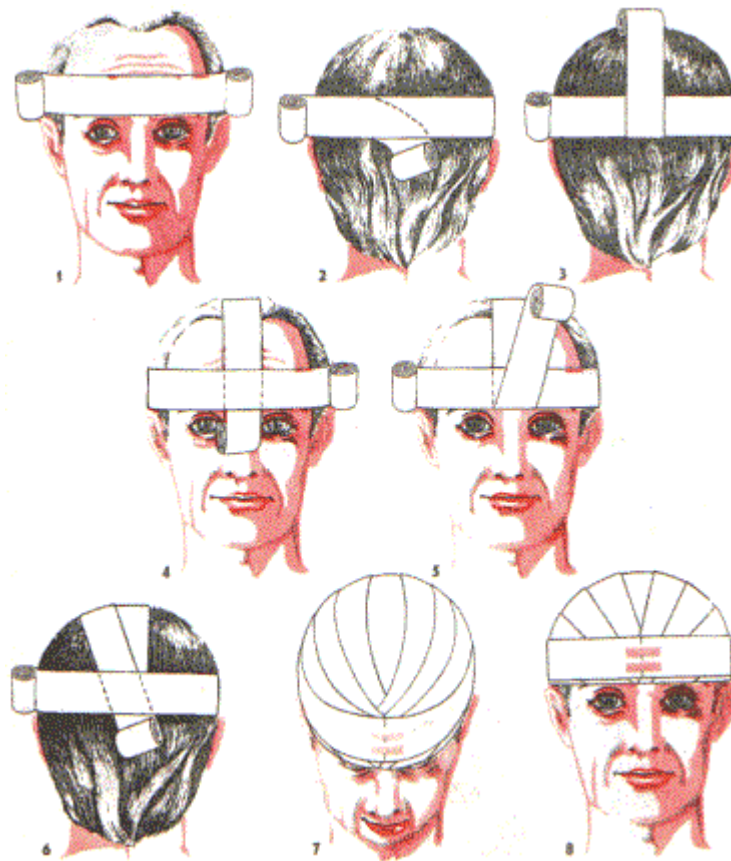
Obwój żółwiowy kolana przeprowadza się tak samo jak obwoje żółwiowe pięty i łokcia, kończyny w stawach podczas bandażowania pozostają zgięte, co pozwala na wykonywanie ruchów i nie unieruchamia kończyny po wykonaniu opatrunku.

## Głowa

### *Ciemie, czoło*

#### Czapka Hipokratesa (mitra)

Do wykonania obwoju potrzebna jest opaska dwugłowa, powstała albo ze zwinięcia jednej długiej opaski z dwóch stron, albo wskutek zeszcicia ze sobą dwóch opasek. W prawej ręce trzymamy opaskę, którą bandażujemy wokół czoła. W lewej ręce trzymamy opaskę, którą bandażujemy opaski powrotnie przez ciemię. Rozpoczynamy obwojem kolistym wokół czoła (1) na potylicy zakładamy opaskę, trzymaną w lewej ręce pod tę, która trzymamy w prawej (2) opaskę podłożoną zaginamy równo z obwojem kolistym i przeprowadzamy aż do czoła poprzez ciemię (3) i dalej na czoło, po czym przybandażowujemy ją połową obwoju kolistego (4) następnie opaskę pionową zaginamy równo z obwojem kolistym i przeprowadzamy skośnie półkółkiem do tyłu (5) gdzie również ją przybandażowujemy obwojem kolistym, następnie znowu zaginając, przeprowadzamy z drugiej strony opaski środkowej w stronę czoła (6). Opaski powrotne zaginane raz z lewej, raz z prawej strony ciemienia, przytrzymywane obwojami okrężnymi wokół czoła przeprowadzamy tyle razy, ile potrzeba, aby pokryć całe ciemię. Na rycinie (7,8) widać obwoje zaginane przeprowadzane po trzy razy z każdej strony opaski środkowej, za każdym razem przytrzymywane obwojem kolistym. Opatrunek zakończono na czole.



Materiały zamieszczone na tej stronie zostały zaczerpnięte z książki "Bandażowanie" Anny Chrzęszczewskiej