

日本臨床衛生検査技師会 熊本震災被災者支援ボランティア  
**<弾性ストッキング・見て解る簡単マニュアル>**

**1・はき方**



**2・ぬぎ方**



- \* はく前に足を清潔にしクリームなどでケアしてから、はきましょう
- \* 一人ではけない時は、他の人に頼みましょう。
- \* しわがない状態ではきましょう。かゆくなったら、ぬいで確認しましょう。
- \* 時々、かかとがずれていないか確認し、ずれていたら直しましょう。
- \* ふつうに広いところで横になって寝る時は、ぬぎましょう。
- \* せまい場所(車の中)などで寝る時は、はいたままで寝ましょう。

作成 2016/5/5 弘前大学医学部附属病院検査部  
 弾性ストッキングコンダクター 一戸 香都江