

## Selber messen leicht gemacht

Legen Sie ein Massband, ein Blatt Papier und einen Stift bereit, dann kann's schon losgehen!

## Voraussetzungen

Um die exaktesten Masse zu ermitteln, sollte man auf folgende Punkte achten.

- **Keine Schwellung:** Gemessen wird bevorzugt am Morgen. Zu diesem Zeitpunkt sind allfällige Schwellungen am geringsten. Wer keine Schwellungen hat, kann auch während dem Tag messen.
- **Locker messen:** Verwenden Sie ein weiches Massband. Es soll überall an der Haut anliegen, aber nicht spannen oder gar einschneiden.
- **Beidseitig messen:** Wenn Sie nicht sicher sind, ob beide Beine gleich gross sind, messen Sie sicherheitshalber an beiden Beinen separat.
- **Ergebnis notieren:** Schreiben Sie die Masse auf.

## Messpunkte

Es werden lediglich zwei bis vier Umfangmasse benötigt, sowie die Länge.

## Umfangmasse

Die möglichen Messpunkte für Kompressionsstrümpfe sind genormt, genauso wie ihre Bezeichnung.

- **cB = Fesselumfang:** Es wird an der dünnsten Stelle oberhalb des Knöchels gemessen.
- **cD = Unterknieumfang:** Gemessen wird ca. 2 Finger breit unterhalb der Kniekehle.
- **cG = Oberschenkelumfang:** Gemessen ca. 2-fingerbreit unterhalb der Pofalte. Wird nur für Schenkelstrümpfe und Strumpfhosen benötigt.

## Längenmass

Die Länge wird immer an der Beininnenseite gemessen. Falls Sie Ihre Füesse im Stehen nicht erreichen, können Sie auch eine/n Bekannte/n um Hilfe bitten.

- **ID = Länge von Kniestrümpfen:** Gemessen wird vom Boden bis 2 Finger breit unterhalb der Kniekehle.
- **IG= Länge von Schenkelstrümpfen u. Strumpfhosen:** Messen Sie vom Boden bis 2-fingerbreit unterhalb Pofalte.

Gerne nehmen wir nach dem Erhalt der Bestellung mit Ihnen Kontakt auf, um allfällige Fragen zu besprechen.

