

# Praktische tips voor elke dag



## Warm weer? Toch blijven dragen!

Bij hitte houdt het lichaam extra vocht vast. Dan zijn kousen juist extra belangrijk.

Tip: trek ze aan in de ochtend, vóór uw benen opzwellen.



## Geen bodylotion voor het aantrekken

Gebruik liever géén crème of olie vlak voordat u uw kousen aantrekt — dat maakt ze glad en moeilijk hanteerbaar. Heeft u droge benen en wilt u die verzorgen met een crème, doe dit dan in de avond na het uittrekken van de steunkousen.



## Was uw kousen regelmatig

Elke 1 à 2 dagen wassen in een waszakje op 30°C. Zo blijven ze elastisch en hygiënisch.



## Check de houdbaarheid

Kousen gaan meestal een jaar mee. In de boord zit vaak een productiedatum. Vervang ze op tijd!

