

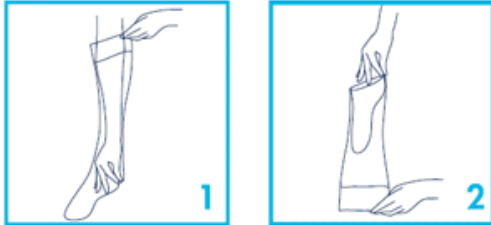
FICHE CONSEILS CONTENTION VEINEUSE

Comment enfiler votre bas de contention?

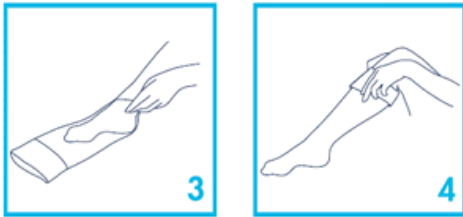
La contention s'applique le matin au lever sur une jambe reposée.

Retirez toute bague ou montre pouvant occasionner des accros

- 1 - Introduisez la main à l'intérieur du bas, saisissez le talon.
- 2 - Retournez le bas sur l'envers jusqu'au talon.



- 3 - Introduisez le pied et enfiler le bas jusqu'au talon.
- 4 - Au niveau des orteils, saisissez avec les deux mains la partie double et amenez-la à la cheville.



- 5 - Saisissez à nouveau la partie en double et remontez ainsi petit à petit votre bas jusqu'en haut.
- 6 - Tirez sur la pointe pour libérer les orteils.

Le bas doit être appliqué sans trop tirer, mais également sans plis qui seraient source de garrot. Une contention bien ajusté ne permet pas d'attraper le bas au niveau de la cheville.

Note : Pour les personnes à mobilité réduite, il existe des dispositifs spécifiques d'aide à l'enfilage. Demandez nous conseil.

Conseils d'entretien

Comment laver vos bas médicaux de compression ?

L'idéal est d'effectuer un lavage **à la main ou en machine**, dans un filet, avec un programme « **textile délicat** » (30°), à essorage réduit. Attention, l'utilisation du sèche-linge et l'exposition à proximité d'une source de chaleur sont à proscrire.

A quel rythme laver vos bas ?

Le lavage des bas de compression médicale se fait **tous les jours après chaque utilisation**. Loin d'abîmer le produit ou de nuire à sa durée de vie, le lavage lui redonne son élasticité initiale.

Quelle lessive utiliser ?

Une **lessive douce et neutre** est recommandée pour l'entretien des bas médicaux de compression. Attention à ne pas utiliser d'assouplissant, qui altère la fibre.

Quand faut-il changer ses bas de contention?

Pour un traitement plus efficace, il est recommandé de renouveler les chaussettes, bas ou collants de contention tous les 6 mois afin de maintenir leur niveau de compression initial.