



La compression médicale

La **compression** médicale est indiquée pour les jambes lourdes, les stases veineuses avec ou sans oedèmes, le lymphoedème et l'éléphantiasis. La compression exerce, grâce à un textile élastique, une pression sur le membre inférieur, aussi bien au repos qu'à l'effort. Elle est à différencier de la **contention** qui s'oppose passivement à l'augmentation du volume du membre inférieur lors de chaque contraction liée à la marche et agit sous forme d'une bande peu ou non élastique. Celle-ci exerce très peu de pression au repos, mais génère une forte pression lors de la contraction musculaire, donc à chaque pas.

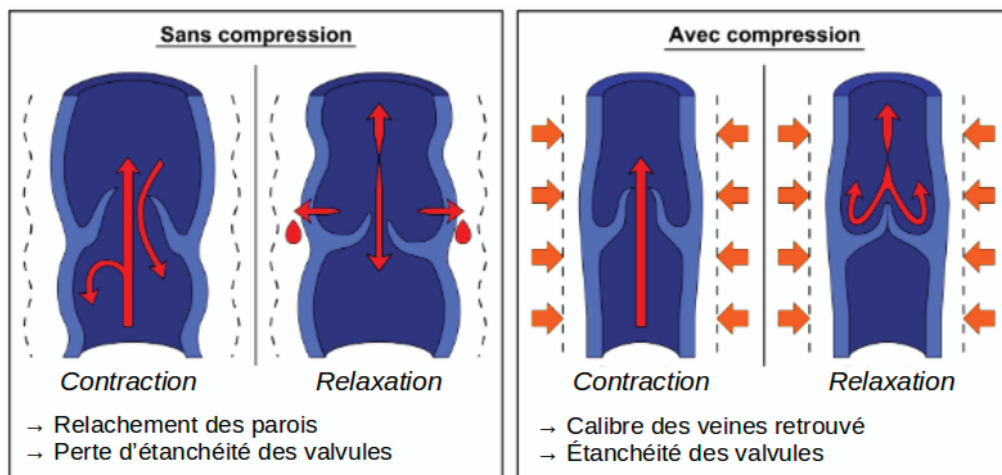
La compression médicale oppose une contre-pression externe à l'hypertension veineuse qui se traduit par :
Une action antalgique : la diminution de la douleur est constatée généralement après 15 jours de port régulier de chaussettes de compression médicale.

Une action sur la paroi : protection mécanique de la paroi des veines et la fixation du thrombus

La prévention et une résorption favorisée des oedèmes existants grâce à une action sur la microcirculation sanguine.

Une action hémodynamique (augmentation de la vitesse de circulation du sang, évitant ainsi sa stagnation et permettant un meilleur remplissage du système veineux profond).

Bruno Jouvencei, Jean Triboulet, Nicolas Berron, Xavier Saudez



Les bas et bandes de compression exercent une pression **dégressive**, c'est-à-dire que la pression exercée est plus élevée en cheville et diminue progressivement vers le haut de la jambe. La dégressivité varie avec la classe qui est déterminée par le prescripteur. Plus elle est haute, plus la pression est importante. La majorité des produits prescrits sont en classe 2.

La dégressivité est au maximum :

- en classe 1 (= 10 à 15 mmHg) → 75 %
- en classe 2 (= 15,1 à 20 mmHg) → 70 %
- en classe 3 (= 20,1 à 36 mmHg) → 60 %
- en classe 4 (> 36 mmHg) → 40% de la pression contrôlée au niveau de la cheville.

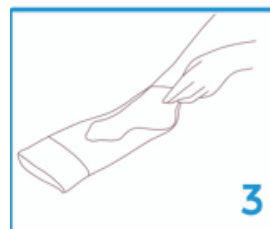
Dans une même classe les chaussettes, bas et collants ont la même efficacité. Mais les bas et collants seront privilégiés en cas de varices dans le creux poplité ou au niveau fémoral.

Il est possible de les **superposer** pour atteindre des niveaux de pression plus élevés tout en facilitant l'enfilage.

Enfilage et positionnement :

Les enfiler en début de journée sur des jambes sèches, en position assise ou allongée.

Il faut se positionner dans le même sens que le patient pour effectuer le même geste que sur soi.



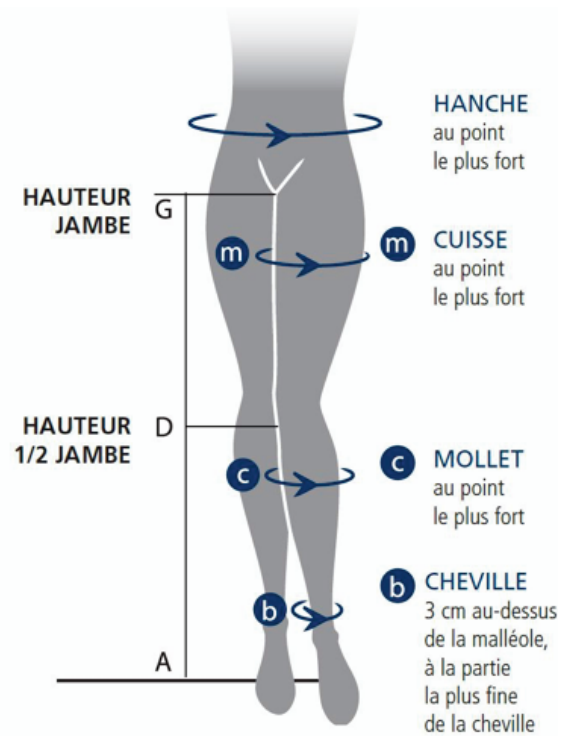


Prise de mesures :

Les mesures se font préférentiellement le matin. La hauteur se mesure du sol jusqu'en-dessous du genou pour les chaussettes et à l'entrejambe pour les bas et collants.

Règles de prescription :

- Prescripteurs : médecins, kinésithérapeute, sage-femmes, renouvellement à l'identique par les infirmiers
 - Prescription initiale : ordonnance indépendante, quantité libre à l'appréciation du prescripteur (3 paires favorisent le port quotidien et une bonne observance)
 - Renouvellement : si hors d'usage, durée normale d'utilisation écoulée, délai de garanti d'efficacité thérapeutique est de 6 mois
- ⇒ L'ordonnance peut être renouvelée tous les 6 mois.



Contre-indications :

- Artériopathie oblitérante des membres inférieurs avec un index de pression systolique < 0,6
- Micro angiopathie diabétique évoluée pour les bas délivrant une pression > 30 mmHg
- Phlegmatia coerulea dolens ou phlébite bleue
- Thrombose septique

Les facteurs de risque :

- L'hérédité
- L'âge
- L'obésité
- La station assise ou debout prolongée
- La grossesse

Le risque de thrombose veineuse profonde est multiplié par 5 pendant la grossesse et par 60 dans les semaines qui suivent l'accouchement. Le risque augmente aussi avec le nombre de grossesse.

- Le sexe (57 % des femmes, 26% des hommes)
- Les modifications hormonales (ménopause)
- Les voyages

Les longs voyages, plus de 4 heures, peuvent faire apparaître des problèmes veineux divers. Favorisée par l'immobilité, la stase veineuse peut provoquer un oedème (gonflement des jambes) ou, plus grave, une thrombose veineuse profonde (phlébite), voire une embolie pulmonaire.

Entretien :

Lavage quotidien à 30°C à la main ou en machine, sans assouplissant, à l'envers, avant la première utilisation puis après chaque utilisation. Il rend aux produits le niveau de compression initial.

Séchage à plat loin d'une source de chaleur : éviter plein soleil, sèche-linge ou radiateur, essorer sans tordre, ne pas repasser et éviter l'utilisation de corps gras.

Léonie G.

Sources :

HAS-Santé, 12/2010,

https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/201012/fiche_de_bon_usage_compression_medicale_dans_les_affections_veineuses_chroniques.pdf, consulté le 12/10/2018. Société Française de Phlébologie, mis à jour le 21/01/2016, <http://www.sf-phlebologie.org/les-bas-de-compression>, consulté le 12/10/2018. Sigvaris, <https://www.sigvaris.com/france/fr-fr>, consulté le 12/10/2018. <https://www.mes-jambes.com/img/sigvaris-recap-prise-de-mesures-femme.JPG>, consulté le 12/10/2018. <https://www.mes-jambes.com/img/enfilage.jpg>, consulté le 12/10/2018. <http://www.babfirdaus.com/wp-content/uploads/2016/04/1305474-1716615.jpg>, consulté le 08/11/2018. <http://orthosante.ch/info/wp-content/uploads/2016/09/lco-bas-medicacux.gif>, consulté le 08/11/2018