

Informations pratiques

sur l'utilisation d'articles de compression médicale

Ce qu'il faut savoir :

BIEN LAVER SA COMPRESSION AVANT UTILISATION

* **Entretien** : La compression se lave tous les jours (possibilité de lavage machine à 30°) pour retrouver une bonne compression et une meilleure efficacité du produit. Ne pas utiliser d'adoucissant. Il casse les fibres de la compression.

* **Durée de vie** : Un article de compression médicale a une **durée de vie de 6 mois pas plus**.

Si vous dépassez la durée de vie, le bas de contention ne sera plus efficace !!

* **Votre bas de compression glisse** - plusieurs questions à se poser:

- Depuis combien de temps n'a-t'il pas été lavé ?

Un excès de sébum a pu se déposer. Il suffira de laver la bande auto-fixante avec de l'eau savonneuse (pas besoin d'alcool !!)

Très important : il faut laver sa chaussette/Bas de contention tous les jours pour une meilleure efficacité thérapeutique !!!

- Lavez-vous votre compression avec un adoucissant ?

Évitez les adoucissants car ils cassent la bande silicone du bas

- Comment positionnez-vous votre chaussette/Bas de contention ?

Le revers de la chaussette doit être mis 2 doigts sous le genou sinon il peut faire un effet garrot !!!

La bande auto-fixante du bas ne doit pas être montée trop haute sinon elle peut vous blesser, la positionner 1 paume de main sous le pli fessier !!!

• **Comment mettre sa chaussette / Bas de contention CORRECTEMENT :**

- 1) Mettre le pouce dans le talon de la chaussette/bas, le reste de la main dans les orteils
- 2) Faire la marionnette, PINCER et GARDER la pince
- 3) RETOURNER la chaussette/bas à l'envers jusqu'à voir le talon
- 4) Enlever votre main de la chaussette/du bas
- 5) ENFILER LES ORTEILS dans la chaussette/du bas et DEROULER délicatement le produit
- 6) SURTOUT NE JAMAIS TIRER LA CHAUSSETTE/ BAS, POURQUOI ?

Car la compression serait alors mal positionnée le long de votre jambe et votre traitement ne serait pas efficace !!!