

Comment enfiler les bas de contention lors de malformations du membre supérieur

Cet article vous donne des informations pour faciliter à enfiler les bas de contention.

Alors que les thalidomidiens à bras raccourcis n'ont généralement pas de difficultés à enfiler les bas ou mi-bas...

<https://www.youtube.com/watch?v=-FGmp-ot3ys&feature=youtu.be>

... les personnes à membres supérieurs intacts ont beaucoup de problèmes à enfiler les bas de contention.

Pourquoi donc les bas de contention?

Les bas de contention exercent une pression sur la jambe favorisant ainsi la circulation du sang dans les veines et sa remontée vers le cœur. Les bas à varices sont utilisés en cas de varices ou pour soulager les symptômes de la jambe lourde (ou de l'insuffisance veineuse). Les bas de contention médicaux sont faits sur mesure et appliquent divers degrés de pression sur différentes parties de la jambe, la pression la plus forte étant au niveau de la cheville.

Une autre indication importante est la prévention d'une thrombose veineuse profonde en cas d'intervention chirurgicale ou lors d'une immobilisation prolongée.

La thrombose veineuse profonde (TVP)

La TVP est la formation de caillots sanguins dans le réseau veineux profond des jambes entraînant une obstruction du vaisseau avec une stagnation sanguine distale et le signe clinique typique d'augmentation du volume de la partie correspondante du membre inférieur.

La TVP est favorisée par :

- la stase veineuse (en cas d'immobilisation de la jambe ou d'un alitement prolongé)
- les changements de la paroi du vaisseau sanguin (lors d'un traumatisme local)
- les modifications de la composition du sang (déshydratation, troubles de la coagulation)

L'on observe souvent la TVP à la suite d'une intervention chirurgicale; dû à l'immobilisation, le reflux sanguin est ralenti. Les thalidomidiens à bras raccourcis nécessitent souvent une période d'alitement plus longue vu qu'il leur est impossible d'utiliser des béquilles.

La complication la plus sévère est l'embolie pulmonaire.

L'embolie pulmonaire

Lorsque le caillot d'une TVP se détache de la paroi du vaisseau sanguin, il migre le long du système veineux qui accroît constamment en diamètre vers le cœur. Il continue à passer sans obstacles les ventricules du cœur droit et arrive dans les vaisseaux pulmonaires où les artères se rétrécissent. Il se loge alors dans un vaisseau adapté à sa grandeur et obstrue une

artère pulmonaire entraînant un arrêt complet de la circulation sanguine à partir de cet endroit. Cette situation est fatale dans approximativement 50% des cas. En Allemagne 30.000 personnes meurent chaque année à la suite d'une embolie pulmonaire. Ce chiffre est 5 fois plus élevé que celui des personnes mourant à cause d'un accident routier.

Il est donc extrêmement important d'instituer une prophylaxie antithrombotique lors d'interventions chirurgicales et à la suite d'une TVP. L'effet de la prophylaxie antithrombotique avec les bas de contention consiste à comprimer le membre inférieur de façon à ce que le sang ne stagne pas dans les veines superficielles (formation de varices). Le sang est alors obligé de passer par le système veineux profond, engendrant une accélération du flux sanguin et empêchant la formation de caillots.

Le lymphoedème est une autre indication importante pour les bas de contention, par exemple à la suite d'une opération pour cancer (ici le système lymphatique est souvent blessé et cause l'oedème).

Comment enfiler plus simplement les bas de contention lors d'une insuffisance veineuse ou d'un lymphoedème

Pour pouvoir exercer une pression adéquate, le bas de contention est très serré. Il existe différentes classes de bas de contention, classifiés selon la pression qu'ils exercent sur la jambe. Habituellement on utilise les bas dits « de classe II » pour la prophylaxie antithrombotique.

Vu que les bas de contention sont très étroits, il est difficile de les enfiler, même lorsque la personne n'a pas d'anomalie du membre supérieur. L'obstacle le plus important est le talon, où le diamètre est bien plus élevé qu'au niveau des orteils et de l'avant-pied; en outre la peau est ici souvent rugueuse et empêche le bas de glisser par-dessus.

Pour les bas à pied ouvert il existe des enfile-bas en fibre synthétique que l'on place sur la pointe des pieds comme un petit sachet. L'enfilage des bas est alors beaucoup plus simple, car le bas glisse plus facilement sur le matériel synthétique que sur la peau. Une fois le bas bien placé on retire l'enfile-bas à travers l'ouverture au niveau des orteils.

Le placement des bas à pied fermé peut aussi être facilité avec l'aide de bas fins nylon que l'on enfle avant les bas de contention. Le nylon facilite comme les autres matériels synthétiques le glissement des bas antithrombose. Dans ce cas, le bas nylon ne peut pas être enlevé, cependant, le matériel étant si fin, ceci ne présente guère d'inconvénients. Cette méthode simple est malheureusement méconnue même dans les centres d'équipement médicaux.

Les personnes à bras raccourcis utilisent généralement les bas à pied ouvert car elles utilisent souvent les orteils au lieu des doigts à faire des choses de la vie quotidienne. Elles vont alors choisir la méthode avec l'enfile-bas synthétique, vu que l'enfilage de bas normaux ne présente pas de difficultés (voir vidéo citée ci-dessus).

Il existe encore d'autres aides techniques, par exemple l'enfile-bas en métal. Celui-ci consiste en un cadre de métal solide avec deux poignées sur les côtés. On enfle alors le bas de contention sur le cadre courbé ouvrant l'entrée du bas de façon à ce qu'il ne reste plus que placer le pied dans l'ouverture destinée (comme dans une chaussure) et à tirer le bas

vers le haut à l'aide des poignées. Divers modèles sont présents sur le marché et peuvent être obtenus par les centres d'équipement médicaux ou par internet. Si l'on prolonge la poignée cette méthode peut aussi être utilisée par un patient à bras raccourcis.



Enfile-bas en métal - Source: Wikipedia

Bilan

- 1- les bas de contention ne sont pas une aide cosmétique mais une aide médicale. Lors de la prescription de bas antithrombose, il est indispensable de les porter pour la prophylaxie ou le traitement médical indiqué.
- 2- L'enfilage est pénible, mais il existe des aides techniques efficaces.
- 3- Même pour les patients à bras raccourcis pour lesquels l'enfilage est encore plus difficile, il est indispensable de se soumettre à cette thérapie et de trouver une solution (avec le médecin de famille et les proches) pour la pose quotidienne des bas de contention. Ceci est une mesure prophylactique pouvant sauver la vie.

Brèves alternatives

- Injections d'héparine sous-cutanées: méthode très effective pour la prévention de la thrombose, mais ayant beaucoup d'effets secondaires (hémorragies, ostéoporose lors d'un traitement prolongé). Traitement inefficace contre la dilatation des veines menant aux varices.
- Anticoagulation orale (coumarine, sintrom): même effet thérapeutique que l'héparine, les effets secondaires étant cependant plus sévères (hémorragies). Traitement non efficace contre la dilatation des veines.
- Soulèvement du lit au niveau des membres inférieurs d'environ 10 cm: ceci favorise la remontée du sang des veines des jambes vers le cœur. Méthode supplémentaire pouvant être appliquée aux patients alités.

Update 2.7.16

Récemment, un dispositif a été développé qui permet - d'abord très facilement - à enrouler le bas de compression sur un deuxième dispositif, puis de le "dérouler" sur la jambe. Cette invention est regardée comme une petite sensation par médecins et patients. Si le dispositif

fonctionne pour les patients avec des malformations des membres supérieurs est difficile à dire, mais de toute manière ça rends les choses beaucoup plus facile pour ceux, qui aident le patient à mettre les mas de compression et il faut la peine de l'essayer.

Le dispositif s' appelle "Doff N 'Thunder" et est au moins vendu / fabriqué en Suisse par Sigvaris. Disponible dans les plus grands portails de la boutique Internet qui ont démarré leur business en vendent des bouquins et qui vendent maintenant presque tout.

Voici un lien où on peut regarder le Doff N 'Thunder en action:

<https://www.youtube.com/watch?v=csXEqOBHgMU>

07/2016 Dr. J. Schulte-Hillen