

JOBST®

Libérez
votre quotidien



Conseil pour le port et l'entretien des bas

Le port des bas

Les bas JOBST® se portent de préférence pendant toute la journée et/ou la nuit, sauf prescription contraire de votre médecin. Pour des raisons d'hygiène, il est préférable de retirer les bas JOBST® chaque jour pour les laver. Il est en outre important d'un point de vue médical d'examiner vos jambes quotidiennement.

Entretien (lavage/séchage)

Lavez vos bas JOBST® à la machine à laver avec un détergent doux. Lavez les bas à 40 °C. N'utilisez pas de blanchissant, d'adoucissant ou de détachant. Séchez toujours les bas de compression JOBST® à plat et jamais à proximité d'une source de chaleur. Il est également déconseillé de les sécher au sèche-linge. Ne repassez pas vos bas JOBST® après les avoir lavés et séchés. Si nécessaire, vous pouvez nettoyer le bord en silicone avec du savon mou naturel.

10 conseils pour des jambes en bonne santé

1	Évitez de rester longtemps debout ou assis
2	Effectuez des exercices (de détente) pour les jambes
3	Élevez vos jambes aussi souvent que possible, en particulier la nuit
4	Évitez les grosses chaleurs dues au soleil, au sauna ou au solarium
5	Ne portez pas de chaussures à talons hauts
6	Évitez autant que possible de porter des vêtements serrés
7	Rincez au moins une fois par jour vos jambes à l'eau froide
8	Suivez un régime riche en fibres et hydratez-vous en suffisance
9	Essayez de perdre tout poids superflu
10	Évitez de fumer

Conseils pour **enfiler des bas de compression**

Prenez soin de votre peau

Veillez à enfiler le bas sur une peau sèche. Si la peau est humide, il sera plus difficile d'enfiler le bas. Pour hydrater votre peau, nous vous conseillons d'utiliser Cutimed Acute 5 % ou 10 %. Cette mousse hyper hydratante à base d'urée ne colle pas et n'abîme pas le textile des bas de compression.



Enfiler un bas

Pour enfiler le bas plus facilement et éviter de l'endommager (p. ex. avec des bijoux ou les ongles), vous pouvez utiliser des gants en caoutchouc.

Instructions pour enfiler les bas



Pliez le bas de compression jusqu'au talon. Avec les deux mains, écartez le pied du bas replié et enfiler-le sur le pied jusqu'au talon.



Enfilez progressivement le bas de compression sur le cou-de-pied et le talon.



Ensuite, enfiler progressivement le bas de compression vers le haut en dépliant petit à petit le bas.



Assurez-vous ensuite que le bas est positionné de manière uniforme, sans plis. Pour ce faire, massez (toujours en portant les gants en caoutchouc) avec les deux mains jusqu'à ce que le bas soit bien placé.



Pour un bas qui monte jusqu'à la taille, enfiler le tissu jusqu'à la moitié de votre cuisse. En position debout, attrapez une partie du textile avec les deux mains et continuez à déposer celui-ci jusqu'à votre taille. Faites glisser le bas de sorte qu'il soit bien placé autour de votre taille pour éviter qu'il ne descende.



Placez vos mains sous le bas à l'arrière, paumes vers l'extérieur, et écartez le textile de votre peau. Laissez-le revenir en place pour que le bas se positionne correctement sur les fesses.

Guide de la compression thérapeutique

Quelle compression est utilisée pour quelles indications ? Votre médecin vous prescrira la classe de compression souhaitée. Ce bref récapitulatif vous donne toutefois une première idée.

Classe de compression 1 (15-20 mmHg)

Compression légère préventive :

- ✓ Pieds, chevilles et jambes légèrement gonflés
- ✓ Jambes fatiguées, lourdes
- ✓ Varices sans formation d'œdème
- ✓ Lors d'une grossesse ou en cas de travail debout (ou assis)

Classe de compression 2 (20-30 mmHg)

Compression thérapeutique moyenne :

- ✓ Varices et jambes douloureuses
- ✓ Formation d'œdème
- ✓ Après une sclérothérapie ou un stripping de varices

Classe de compression 3 (30-40 mmHg)

Compression thérapeutique forte :

- ✓ Varices sévères
- ✓ Formation d'œdème sévère
- ✓ Après une chirurgie veineuse lourde

JOBST® bas de compression thérapeutiques

- ✓ Tricotés de manière anatomique pour une forme parfaite
- ✓ Compression décroissante de la cheville vers la cuisse pour favoriser le retour veineux
- ✓ À titre de dispositif médical, ils sont soumis à un contrôle strict de la compression dégressive, exprimée dans l'unité scientifique de mesure millimètres de mercure (mmHg), contrairement aux bas de contention qui utilisent uniquement le DENIER comme échelle de mesure pour l'épaisseur des fils (poids de 1000 m de fil).



JOBST_Folder patient
Essity Belgium SA-NV
Dépliant patient Jobst pharmacie_FR



Des varices ou les pieds et les jambes gonflés; inévitable pour les femmes en vieillissant? Absolument pas !

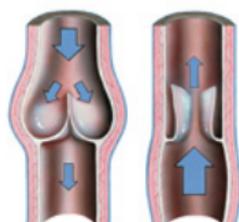
Les hommes comme les femmes, à tout âge, peuvent souffrir d'une mauvaise circulation. Les premiers symptômes visibles sont des jambes lourdes et légèrement gonflées. Un mauvais retour veineux provoque souvent des

varices qui apparaissent sous la peau comme des lignes bleues irrégulières plus épaisses. En outre, une mauvaise irrigation sanguine provoque un **œdème**, une rétention d'eau dans les jambes. Pour un diagnostic correct, le mieux est de consulter votre médecin.

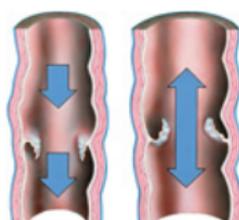


Est-ce héréditaire? Est-ce dû aux hormones? À un manque d'activité physique? Pas seulement !

Les problèmes au niveau des jambes peuvent également survenir lorsque les valves dans les veines ne se ferment plus correctement, par exemple pendant une **grossesse ou suite au vieillissement**. Un mauvais fonctionnement des valves veineuses entraîne une accumulation encore plus importante du sang. La situation s'aggrave dès que des varices apparaissent.



Valves en bonne santé



Valves abîmées

Les bas de compression thérapeutiques limitent la dilatation des veines. La compression des jambes et le fonctionnement de la pompe musculaire du mollet permettent à nouveau aux valves de mieux se fermer. Le sang recommence alors à circuler plus efficacement vers les poumons et le cœur, malgré la pesanteur.

JOBST® tableau de mesures

Taille	Cheville	Mollet	Cuisse	Hanches	Hanches (maternité)
	 cB la plus petite circonférence au-dessus de la cheville	 cC la plus grande circonférence du mollet	 cG la plus grande circonférence de la cuisse	 cH la plus grande circonférence des hanches	 cH la plus grande circonférence des hanches
S	18 - 21 cm	28 - 38 cm	40 - 62 cm	71 - 117 cm	81 - 132 cm
M	21 - 25 cm	30 - 42 cm	46 - 70 cm	76 - 127 cm	86 - 142 cm
L	25 - 29 cm	32 - 46 cm	54 - 78 cm	81 - 137 cm	91 - 152 cm
XL	29 - 33 cm	34 - 50 cm	60 - 81 cm	102 - 166 cm	112 - 180 cm
Tailles spéciales					
Petite*	AD Petite (lD) < 38 cm		AG Petite (lD) < 68,5 cm		
L Full Calif**	25 - 30 cm	46 - 61 cm			
XL Full Calif**	30 - 36 cm	46 - 61 cm			

Prise des mesures: Pour le bas genou (AD): mesurez la circonférence de la cheville et du mollet

Pour le bas cuisse (AG): mesurez la circonférence de la cheville, du mollet et de la cuisse

Pour le panty (AT) et panty de maternité (AT-MAT): mesurez la circonférence de la cheville,

du mollet, de la cuisse et des hanches

* Disponible en UltraSheer

** Disponible en Opaque et

Casual Pattern



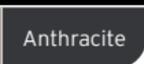
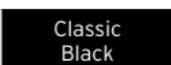
JOBST®,
an Essity brand

Essity Belgium SA-NV
Health and Medical Solutions
Berkenlaan 8b boîte 3,
1831 Diegem

Tel +32(0)2 766 05 05
Fax +32(0)800 15 934
info.be@essity.com

07/2020

JOBST® UltraSheer



AD
Bas genou



AG
Bas cuisse



AT
Panty



AT-MAT
Panty de maternité

JOBST® UltraSheer Diamond



AT
Panty



AG
Bas cuisse



Espresso



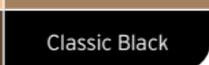
Classic Black



S, M, L et XL



JOBST® Opaque



JOBST® Casual Pattern

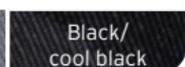
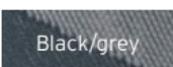


AD
Bas genou

JOBST® Sport



AD
Bas genou



S, M, L et XL

JOBST® ForMen



AD
Bas genou



AG
Bas cuisse

JOBST® ForMen Casual



AD
Bas genou

