

Il est judicieux de se procurer un savon spécialement conçu pour vos bas. Parlez-en à votre conseillère.

Si vos bas possèdent une bande de silicone et qu'ils ne tiennent pas bien ?

- Lavez-vous votre bas avec un savon approprié ?
- Le rincez-vous bien à fond ?
- Revoyez votre technique pour les enfiler.
- Peut-être que des dépôts de peau sèche se forment sur votre bande. Dans ce cas, passez un linge humecté d'alcool à friction sur celle-ci mais pas plus d'une fois par semaine.

Autres recommandations :

Faites attention aux ongles longs ou mal manucurés, aux bagues et bracelets, aux talons rugueux, aux chaussures abîmées ou à tout autre objet qui pourrait endommager vos bas.

Si vous perdez ou prenez rapidement du poids, il est préférable de prendre à nouveau rendez-vous pour une nouvelle prise de mesures.



Une gamme de bas compressifs sport, pour hommes et femmes, est également disponible dans tous nos magasins.

Il est judicieux de se procurer un savon spécialement conçu pour vos bas. Parlez-en à votre conseillère.

Suivi de vos bas de compression

Le confort et l'efficacité de vos bas peuvent durer 6 mois (3 mois pour les bas 15-20 mm Hg) si vous suivez nos précieux conseils. Pour vous assurer du succès du traitement, présentez-vous à ce prochain rendez-vous :

Date du prochain RV : _____

Heure : _____

Votre technicien(ne) : _____

de modèle : _____

Succursale : _____

Pour connaître nos adresses et les différents services qui y sont offerts, contactez la succursale de votre région ou visitez notre site web.

For our addresses and the different services offered, please contact our nearest branch or visit our website.

www.groupemedicus.ca



Medicus
Montréal
514 525-3757 | 1 866 525-3757

Savard
Membre du Groupe Medicus
Québec
418 681-6381 | 1 800 463-6436

Medicus OXYBEC
Sherbrooke
819 566-8711 | 1 800 361-9911



Medicus Savard OXYBEC

MEMBRES DU Groupe Medicus



Bas compressifs

- Bas-culotte de maintien
- Bas à la cuisse
- Bas au genou

Vos bas compressifs

Vos bas compressifs sont des bas médicaux qui ont été soigneusement sélectionnés selon votre condition médicale et en fonction de vos besoins. La classe de compression de vos bas a été déterminée par votre médecin traitant.

Pour maximiser leur durée, leur efficacité et leur apparence, vos bas nécessitent un soin particulier.

Il existe deux grandes catégories de bas :

1. LES BAS PRÉVENTIFS ou BAS DE SUPPORT LÉGER qui ont une durée d'efficacité maximale de 3 mois. Comme leur nom l'indique, ils agissent à titre préventif seulement.
2. LES BAS THÉRAPEUTIQUES ou BAS MÉDICAUX ont une durée d'efficacité maximale de 6 mois. Leur degré de compression est plus élevé et ils représentent un traitement thérapeutique au même titre qu'un médicament.

Après ces durées respectives, même si l'apparence du bas semble encore bonne, le traitement qu'il procure sur vos jambes diminue en efficacité. À force d'être porté, le bas se relâche et perd graduellement de sa compression.

Il est judicieux de se procurer un savon spécialement conçu pour vos bas et toujours utiliser un gant pour les enfiler. Parlez-en à votre conseillère!

Quand les enfiler ?

Le matin, avant même de descendre vos jambes du lit, est le moment idéal pour enfiler vos bas compressifs. De cette façon, les bas pourront traiter vos jambes avec un maximum d'efficacité. Cependant, si vos jambes n'enflent pas beaucoup, il est possible de les enfiler un peu après le réveil, par exemple après la douche. Si, par contre, vos jambes ont tendance à enfler rapidement, il est préférable de vous allonger 10 minutes avec les jambes surélevées (plus haut que vos hanches) et d'effectuer quelques rotations de cheville avant d'enfiler vos bas. Ne pas mettre de crème le matin. Appliquez-la le soir au besoin.

Comment enfiler vos bas ?

1. Portez toujours vos gants spéciaux pour manipuler vos bas. Si votre bas possède une bande de silicone, repliez-la vers l'extérieur pour éviter que cette bande ne colle sur votre peau pendant que vous enfiler vos bas.
2. Prenez votre bas et tenez-le seulement par la bande. Mettez votre pied dans la première partie du bas et arrêtez lorsque vous avez passé la bande juste au-dessus de votre talon.
3. Placez ensuite vos mains de chaque côté de votre pied et frottez fermement le tissu vers le talon, de façon à obtenir quelques plis

dans le bas. Après avoir obtenu quelques plis seulement, servez-vous de la paume d'une main pour frotter votre talon en direction du mollet et en même temps avec l'autre main, frottez le dessus



Gants spéciaux en caoutchouc et détergent pour bas compressifs

du pied en remontant vers le mollet. Ceci fera disparaître les plis. Lorsque ces premiers plis auront disparu, vous recommencez le même processus jusqu'à ce que vous ayez enfilé au complet le pied de votre bas. Attention de bien placer le talon du bas support sur votre propre talon.

Vous êtes maintenant prêt à remonter votre bas sur votre jambe.

Pour les bas au genou

Prenez le bas par la bande et tirez doucement sans forcer vers votre genou. Avec vos mains, allez dans la zone où se trouvent tous les plis pour les frotter et ainsi les faire remonter près de la bande. Recommencez le même processus jusqu'à ce que le bas soit complètement placé sur votre mollet.

Pour les bas à la cuisse

Prenez le bas par la bande et tirez doucement sans forcer vers votre genou. Avec vos mains, allez dans la zone où se trouvent tous les plis pour les frotter et ainsi les faire remonter près de la bande. Recommencez le même processus jusqu'à ce que le bas soit complètement placé sur votre genou.

N.B. Quand le bas est enfilé au niveau du genou, vous pouvez vous lever.

Pour l'ajustement final, tenez votre cheville avec vos deux mains et frottez fermement vers le haut pour faire monter le surplus de matériel vers le haut. Surveillez bien qu'il n'y ait aucune accumulation de plis sur vos jambes.

Si vous avez une bande de silicone, dépliez-la pour l'appuyer sur votre peau. Sinon, attachez le bas avec vos jarretelles ou votre adhésif médical.

Pour les bas-culottes

Prenez le bas par la bande et tirez doucement sans forcer vers vous. Avec vos mains, allez dans la zone où se trouvent tous les plis pour les frotter et ainsi les faire remonter près de la bande. Recommencez le même processus jusqu'à ce que le bas soit complètement placé sur votre genou. À ce stade-ci, vous pouvez vous lever pour continuer d'enfiler le bas-culotte. Tirez sur la bande élastique de la taille pour remonter votre bas-culotte aussi haut qu'il peut aller sans trop forcer le bas. Avec les gants, remontez les plis du bas. Recommencez ce même processus jusqu'à ce que la culotte soit bien en place.

Pour l'ajustement final, tenez votre cheville avec vos deux mains et frottez fermement vers le haut pour faire remonter tout surplus de matériel vers le haut. Surveillez bien qu'il n'y ait aucune accumulation de plis ou de surplus de matériel à la cheville, le long de la jambe ou derrière le genou.

Placez ensuite vos pouces à l'intérieur de la bande de la taille au niveau de votre abdomen (vos doigts demeurent à l'extérieur du bas). Descendez vos deux pouces jusqu'en bas de votre abdomen. Pincez le matériel de la culotte entre vos doigts et vos pouces (sans vous servir de vos ongles) et tirez le matériel vers le haut pour bien placer la culotte sur votre abdomen.

N.B. : Au niveau de l'entrejambe, la culotte de même que les coutures du bas doivent être bien appuyées sur vos chairs.



Si vous avez une bande de silicone, dépliez-la pour l'appuyer sur votre peau.

À quelle hauteur mon bas doit-il être porté ?

Les bas au genou doivent toujours être portés légèrement en-dessous du creux poplité (le creux du genou).

Les bas à la cuisse doivent toujours être portés, de dos, jusqu'à votre pli fessier; de devant, jusqu'à l'aîne.

Les bas-culottes doivent être portés comme les bas-culottes réguliers.

Pour retirer vos bas :

Enfilez vos gants spéciaux ! Retournez la bande vers l'extérieur et descendez votre bas le long de votre jambe. Quand vous sentez une résistance, frottez avec vos gants pour continuer à faire descendre le matériel. Lorsque le talon est dégagé, vous pouvez simplement tirer pour enlever tout le bas.

Vos bas nécessitent un soin particulier pour maximiser leur durée, leur efficacité et leur apparence.

IMPORTANT : Tout le long de la procédure, évitez d'enrouler le matériel sur lui-même. Ceci peut provoquer un effet de garrot sur la jambe.

L'entretien de vos bas :

Nettoyez vos bas après chaque usage.

Placez les dans l'eau tiède avec un savon spécialement conçu pour le lycra (un savon doux, sans détergent). Laissez tremper environ 20 à 30 minutes puis rincez à fond à l'eau claire. Pressez pour enlever le surplus d'eau. N'ajoutez pas d'assouplissant. Ne pas frictionner ni tordre. Placez dans une serviette et roulez fermement pour essorer. Séchez à plat sur une autre serviette. Évitez la chaleur directe (sècheuse, radiateur, soleil). Préférez le séchage à l'air libre. Ne pas repasser.