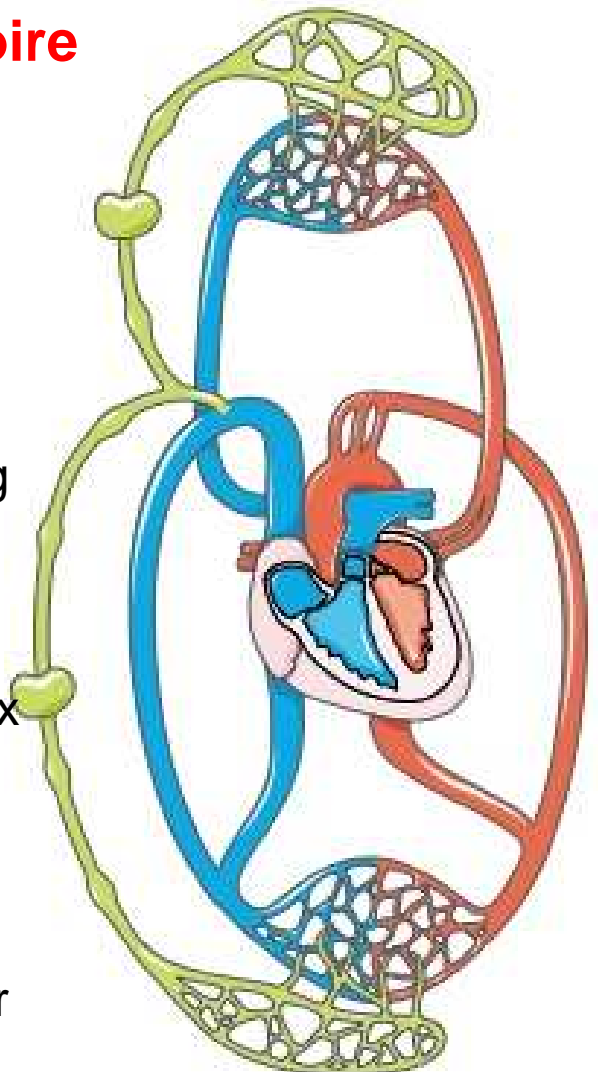


# La contention veineuse

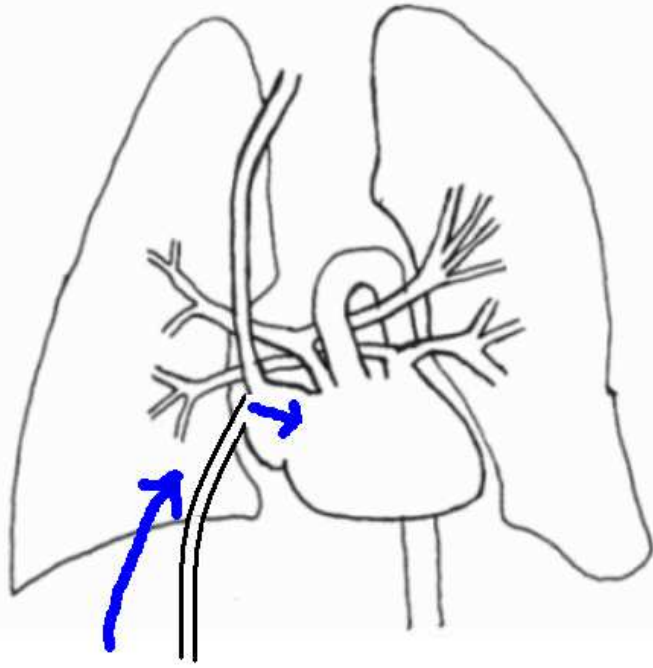
## Rappel sur l'appareil circulatoire

L'appareil circulatoire se compose:

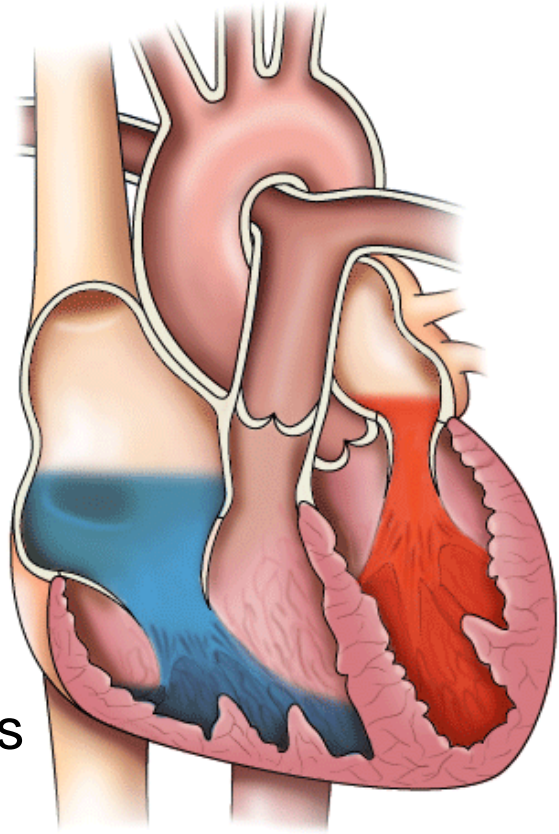
- **des vaisseaux sanguins** qui sont :
  - ✓ **les artères** qui amènent l'oxygène et les nutriments aux organes
  - ✓ **les veines** qui ramènent le sang et les déchets vers le foie et les poumons
- **des vaisseaux lymphatiques** qui véhiculent surtout les débris infectieux et immunitaires vers les veines en passant par les ganglions, le foie et la rate.
- **du cœur** qui est une pompe aspirante et refoulante qui fait circuler tout cela en sens unique.



## Les facteurs du retour veineux

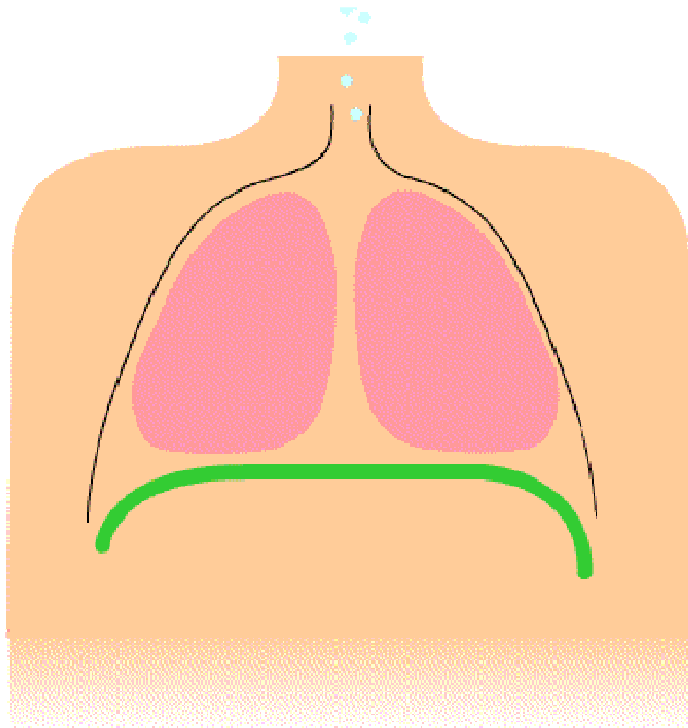


La **pompe cardiaque** agit par **aspiration** du sang veineux lors de la phase de remplissage qui suit la contraction (comme en tirant le piston d'une seringue)



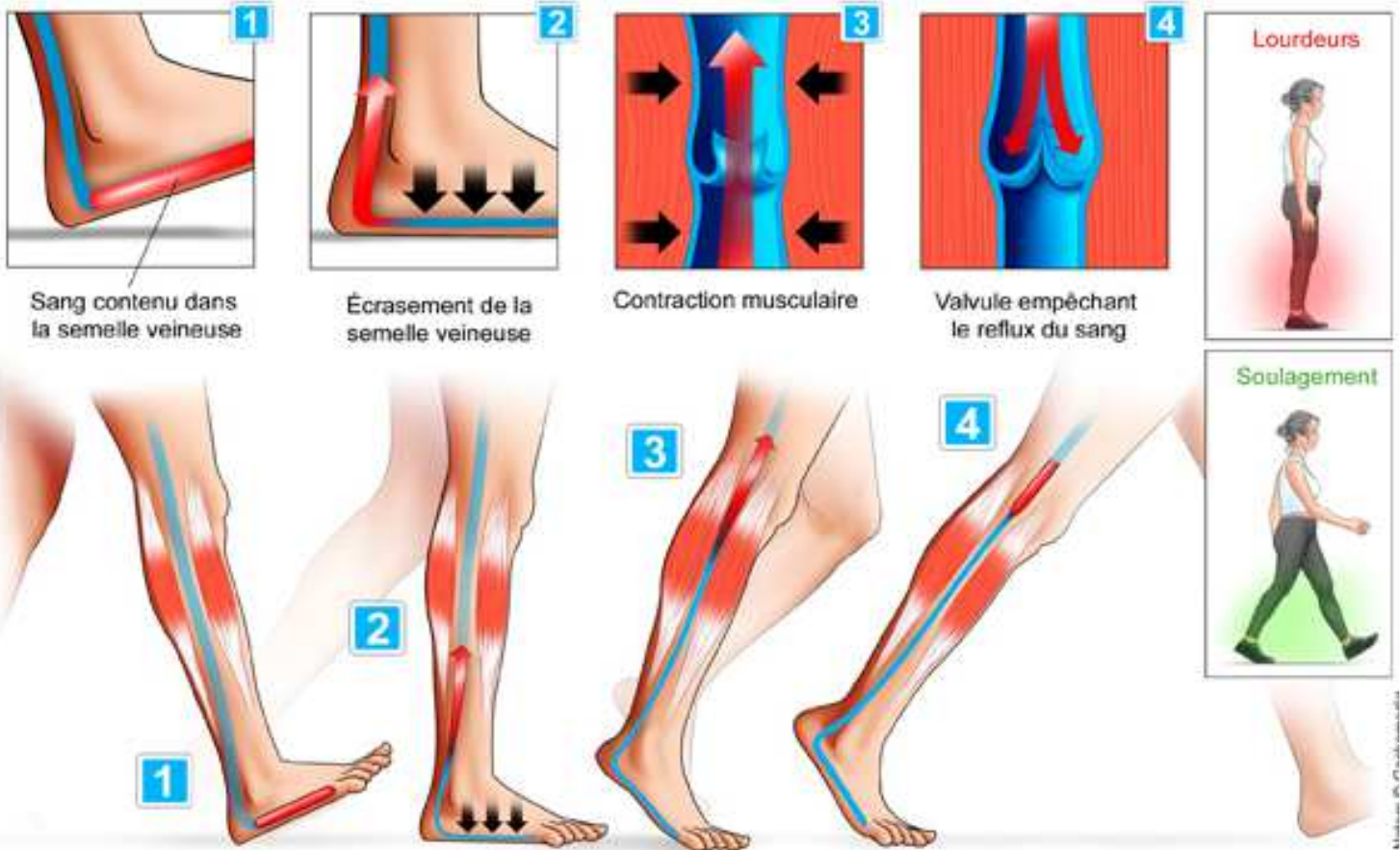
Le 2<sup>ème</sup> facteur important est **l'aspiration dans la cage thoracique lors de l'inspiration.**

Le diaphragme s'abaisse, ce qui crée une **pression négative** dans le thorax qui aspire le sang veineux et facilite son retour vers le cœur.



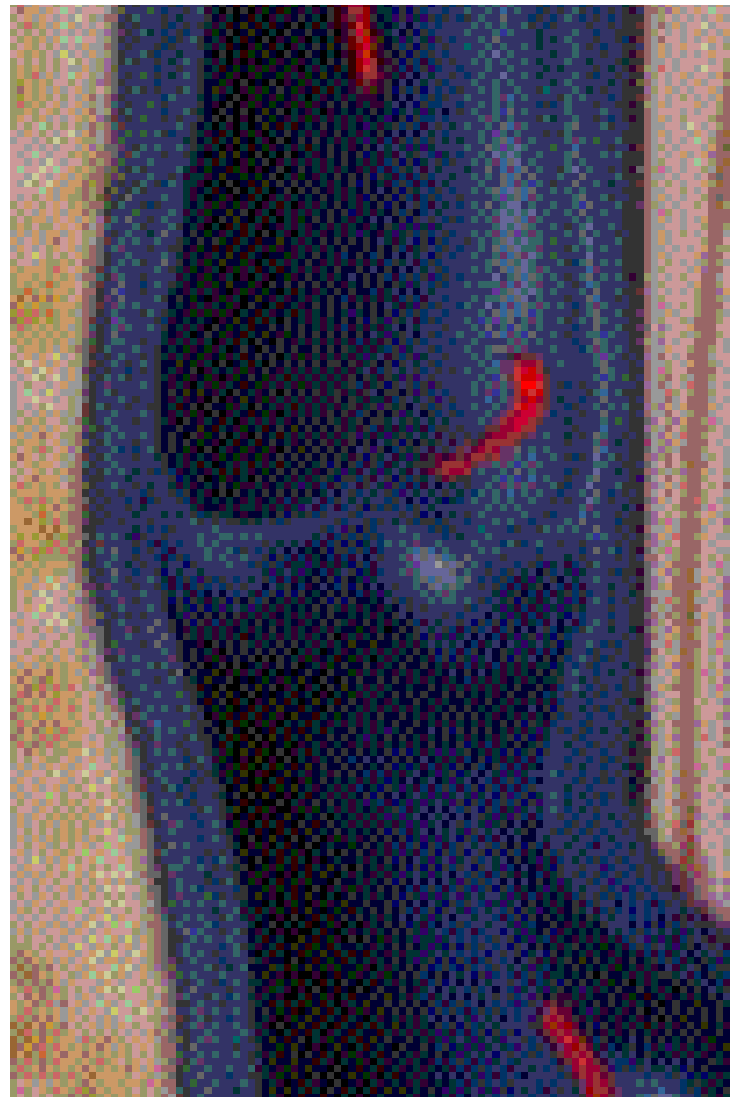
Simultanément l'air s'engouffre dans les poumons en raison de cette même pression négative

**Pendant la marche**, l'écrasement de la voûte plantaire et la **contraction musculaire des mollets** compriment les veines et propulsent le sang vers le cœur.

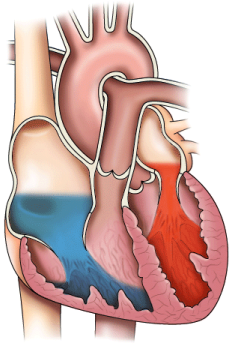


Un autre facteur nécessaire au retour veineux est représenté par les **valvules veineuses**.

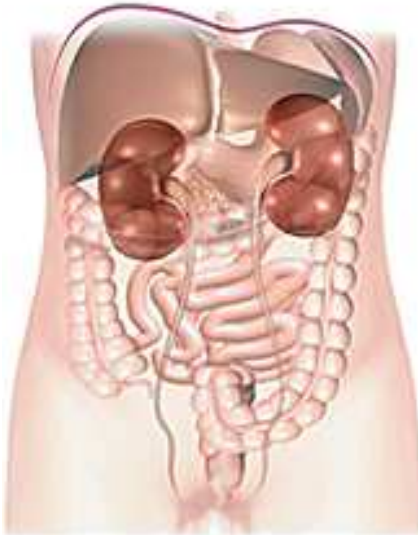
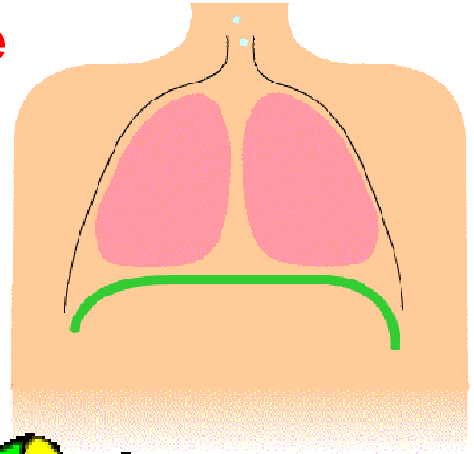
Ces languettes, superposées 2 par 2 et l'intérieur des veines, s'accolent après le passage de la colonne de sang pour éviter son reflux.



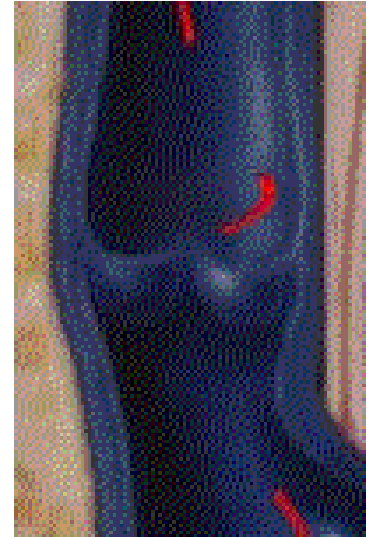
# Les causes fréquentes du mauvais retour veineux chez la personne âgée



- une insuffisance cardiaque
- une insuffisance respiratoire
- une insuffisance hépatorénale



- une marche insuffisante
- une insuffisance valvulaire



La stase veineuse provoque une **dilatation** des veines et donc un **écartement des valvules** qui laissent le sang refluer en amont.



## Les complications de la stase veineuse



Oedèmes



Varicosités



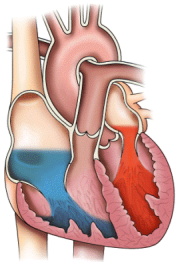
Thrombose (... et embolie)



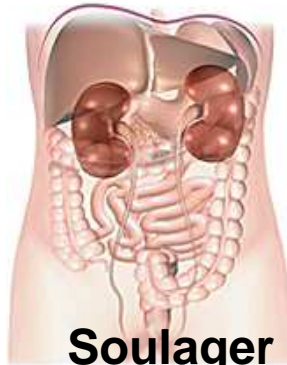
Varices

Ulcère

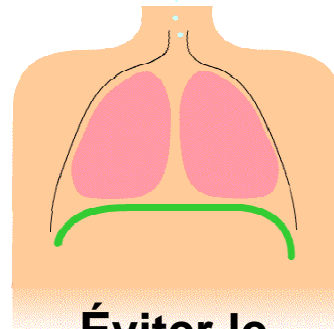
## La lutte contre la stase veineuse ...



Tonifier le coeur



Soulager foie et reins



Éviter le décubitus



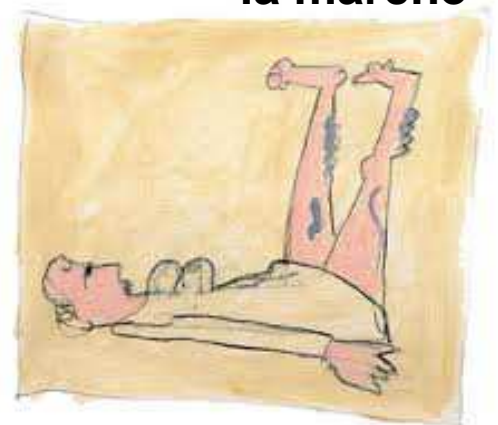
Favoriser la marche



Faire uriner

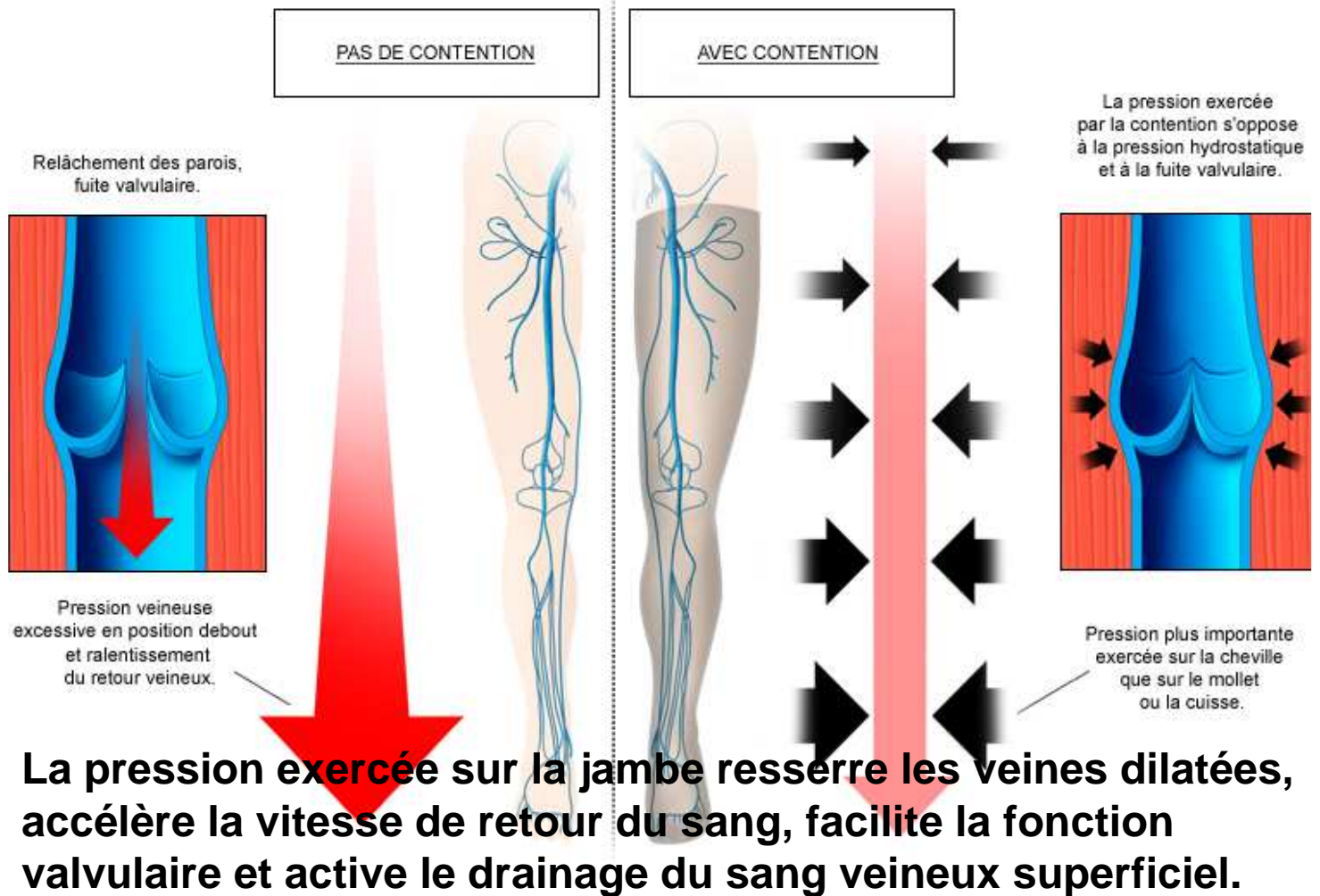


Tonifier les veines



Déclive

## ... et la contention veineuse !!



## La contention veineuse en pratique

### Définition

La contention élastique est une méthode physique qui permet d'accroître la vitesse du flux veineux par augmentation de la pression veineuse

### Cadre législatif

Soin **infirmier** déléguable aux AS et sur **prescription** médicale: (art. R.4311-7 décret 2004-802 du 29/07/2004)



# La contention veineuse en pratique

## Indications

- Insuffisance lympho-veineuse.
- Prévention du trouble thromboembolique.
- Prévention du trouble trophique lié à un défaut d'oxygénation (ulcère de jambes).
- Diminuer l'œdème des membres inférieurs.



## Matériel

- Bas de contention.
- Bandes de contention



## Réalisation du soin

### A faire systématiquement:

- Informer le résident de l'intérêt de la contention.
- Toujours poser la contention le matin avant le lever.
- Effectuer un lavage simple des mains ou effectuer un traitement hygiénique des mains par frictions avec une solution hydro-alcoolique, avant et après le soin.
- Vérifier l'état cutané, la peau doit être propre, sinon laver les jambes avec de l'eau et du savon, bien sécher.
- Mettre si besoin du talc sur le pied et la jambe pour faciliter la pose.
- Installer le résident confortablement, jambes allongées.

# Réalisation du soin

## Bas de contention :

- S'informer de la capacité de la personne à gérer elle-même les bas (pose, dépose, entretien)
- Vérifier que le bas est à l'endroit
- Vérifier que le talon soit mis en bonne position
- Retourner le bas : intérieur visible de l'extérieur.
- Mettre les bas comme des bas classiques
- Éliminer les plis au fur et à mesure que le bas est déroulé sur la jambe
  - mi-bas : remontent juste en dessous des genoux
  - bas complet : remontent jusqu'à la racine de la cuisse

### ENFILER DES CHAUSSETTES OU DES BAS DE COMPRESSION MÉDICALE



1

Retournez le bas jusqu'au talon en ne laissant que le pied à l'endroit.

En fin d'enfilage de la chaussette, ne pas tirer la lisière vers le haut.



S'il reste des plis sur la cheville ou la jambe, les lisser avec les mains.



2

Enfilez votre pied.



3

Enfilez votre talon.




4

Sans tirer retournez le bas, déroulez-le sur la cheville et la jambe. Bien placer la lisière de la chaussette sous le genou, juste au-dessus du galbe du mollet.






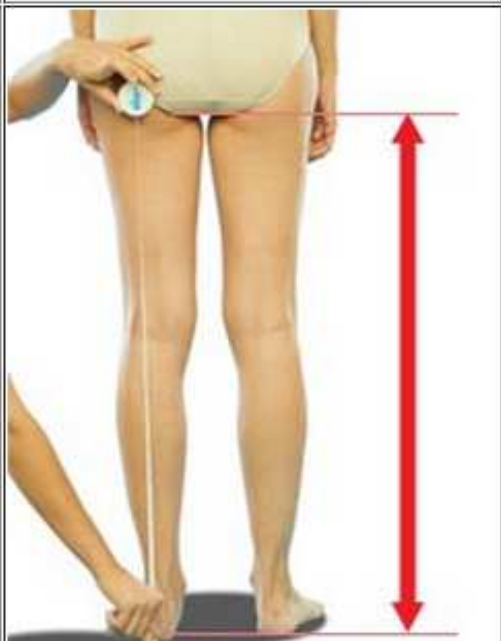
# Prise des mesures

## Pour des chaussettes de contention

Mesure de la cheville	Mesure du mollet	Longueur du mollet
Mesurez de la circonférence de la cheville au niveau de <b>la partie la plus étroite.</b>	Mesurez de la circonférence du mollet au niveau de <b>la partie la plus large.</b>	Assayez vous pour que votre jambe face un angle de 90 degrés. Mesurez la distance du <b>sol jusqu'a 1 cm du genou</b>
		

# Prise des mesures

## Pour des Bas et collants de contention

Mesure de la cheville	Mesure du mollet	Mesure de la cuisse	Longueur de la jambe
Mesurez de la circonférence de la cheville au niveau de <b>la partie la plus étroite.</b>	Mesurez de la circonférence du mollet au niveau de <b>la partie la plus large.</b>	Mesurez de la circonférence de la cuisse au <b>niveau de la partie la plus large, juste sous les fesses.</b>	Mesurez la distance allant du bas des fesses jusqu'au sol.
			

# Réalisation du soin

## Bande de contention :

Commencer la pose en partant de la face externe du pied à 90°, à partir de la racine des orteils.

Faire 2 ou 3 tours autour du pied.

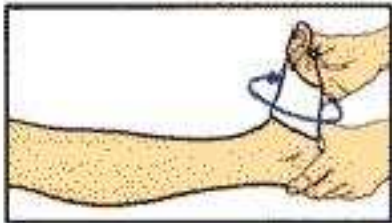
Effectuer une pression toujours régulière, ou mieux (si possible) dégressive du bas vers le haut,

Le talon doit être recouvert

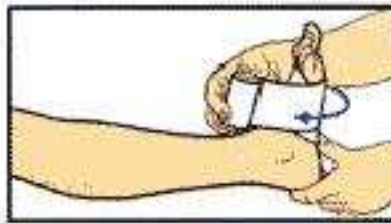
Remonter autour de la cheville en recouvrant la spirale précédente à sa moitié ou des 2/3.

Couvrir la jambe jusque 2 doigts sous le pli du genou .

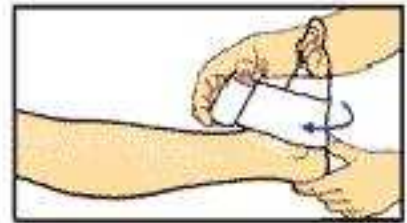
Fixer la bande avec les griffes fournies ou à défaut du sparadrap solide.



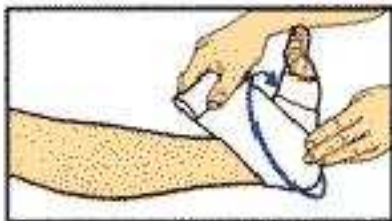
1. Begin bandaging from the medial aspect at the Basal joint of the toes towards the lateral aspect of the foot.



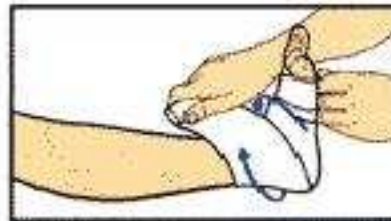
2. Repeat step 1, to secure the bandage.



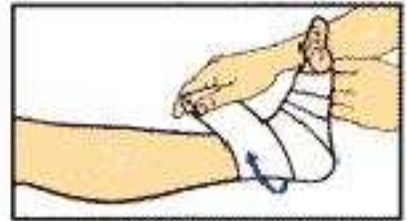
3. Continue bandaging with a turn across the metatarsals.



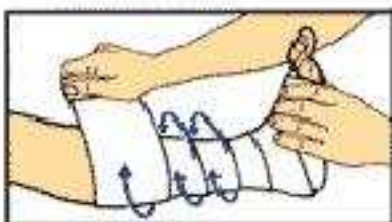
4. Take the bandage over the lower heel and return it over the metatarsals.



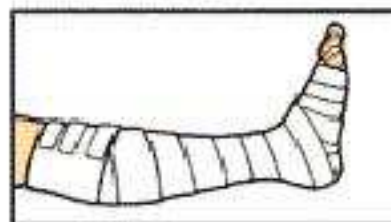
5. Take the next turn over the upper heel and Achilles Tendon continuing medially.



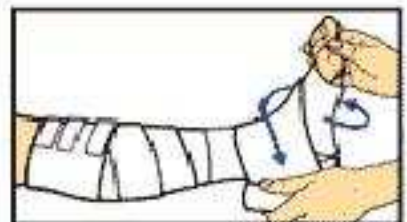
6. Cover the ankle by wrapping the bandage spirally.



7. Continue spiralling the bandage up the leg, overlapping each turn by half of the bandage width.



8. Finish bandaging approximately two fingers width below the Tibial tuberosity.



9. If a second bandage is applied, it can start at the Basal joints or the ankle but it should be spiralled applied in the opposite direction.



**Et maintenant, à vous de jouer ... !!**

