

Les chaussettes, bas ou collants de contention sont particulièrement recommandés chez les personnes souffrant d'une mauvaise circulation veineuse.

Ils exercent une pression mécanique sur la jambe et un véritable massage actif tout au long de la journée et surtout lors de la marche.

Ils permettent :

- De réduire le calibre des veines dilatées,
- D'accélérer le retour du sang des veines en direction du cœur (action anti-stase),
- De diminuer immédiatement les signes d'insuffisance veineuse (jambes lourdes, œdèmes),
- De ralentir l'évolution de la maladie variqueuse.

Il existe plusieurs types de contentions ("médicale" ou de "confort") à adapter à chaque cas particulier selon votre problème et l'avis de votre médecin.

Votre pharmacien pourra vous guider dans votre choix parmi les nombreux modèles proposés.

## Que peut-on faire ?

- A chacun sa contention

### Les contentions "médicales"

Il existe 4 classes de contention (I, II, III et IV) dite "médicale" correspondant à des niveaux de pression différents répondant à des normes strictes.

En pratique, plus la maladie veineuse est évoluée, plus la pression, exprimée en millimètres de mercure (mm Hg) doit être forte pour garantir l'efficacité du traitement.

Classe I (10 à 15 mmHg)	Insuffisance veineuse débutante (impatiences, fourmillements, jambes lourdes, crampes, petites varices) Grossesse Prévention en cas de voyages en avion, station debout prolongée ...
Classe II (15 à 20 mmHg)	Insuffisance veineuse plus évoluée (grosses varices, oedème chronique ...) et après chirurgie des varices
Classe III (20 à 36 mmHg)	En cas de phlébites et séquelles de phlébites, ulcères de jambe ...
Classe IV (plus de 36 mmHg)	Pour les problèmes plus graves avec atteinte cutanée sévère

Les chaussettes, bas et collants de contention "médicale" sont remboursés à hauteur de 65 % du TIPS (Tarif Interministériel des Prestations Sanitaires, forfaitaire) à condition qu'ils aient fait l'objet d'une prescription médicale et répondent au cahier des charges TIPS.

Le coût restant peut être intégralement pris en charge par certaines mutuelles.

Depuis le 29 juillet 1997, il n'y a plus de limitation du nombre de paires remboursées.

---

Partenaire de votre santé, votre pharmacien vous conseille et vous délivre des produits adaptés à votre cas.

Les éléments d'information supplémentaires apportés par cette fiche ne peuvent se substituer à l'avis d'un professionnel de santé connaissant votre situation particulière.

----- Votre pharmacien -----



Chaussettes, bas et collants de contention : à qui s'adressent-ils ?

(Suite)

## Les contentions "de confort"

On les appelle aussi "classe O".

Elles n'ont pas de norme officielle et les pressions mesurées varient d'un modèle à l'autre de 4 à moins de 10 mm Hg.

Elles soulagent dans bon nombre de cas les jambes lourdes et fatiguées mais n'ont pas d'effet thérapeutique à proprement parler sur la maladie veineuse, d'où leur appellation dite de "confort".

Attention à ne pas les confondre avec les collants "anti-fatigue" ou "de maintien" simplement mesurés en deniers et qui n'assurent pas une compression dégressive.

Le nombre de deniers ne renseigne que sur la résistance à l'extension du tissu selon la quantité de fibres élastiques entrant dans sa composition.

Mais une bonne contention doit toujours être dégressive, c'est-à-dire forte à la cheville, moyenne au mollet et légère à la cuisse.

Ceci permet :

- De drainer correctement les veines superficielles en réorientant la colonne sanguine de bas en haut
- Sans entraver le retour du sang veineux à la cuisse

• A chacun son modèle

Les modèles actuels n'ont plus rien à voir avec les classiques "bas à varices" de nos grands-mères.

Parmi les améliorations successives :

- L'introduction du Lycra® plus résistant que le caoutchouc naturel dans le tricotage a amélioré la compression
- La technique du "guipage" où les fils de Lycra® sont entourés ("guipés") de fils de polyamide ou de coton rend le contact plus agréable avec la peau
- Enfin, l'utilisation de microfibres, et plus récemment de Tactel®, a véritablement transformé le collant de contention, qui ne se distingue quasiment plus d'un collant de ville

Les progrès technologiques et les nouvelles matières permettent (surtout pour les petites classes I et II) de disposer de modèles aux couleurs variées, "opaques", "transparents" et "coton" confortables et esthétiques.