

VOUS  
ÊTES  
UNE  
FORCE  
DE LA  
NATURE

DÉFIER LA GRAVITÉ

JOBST<sup>®</sup>

**ULCÈRE VEINEUX  
DE JAMBE ET VOUS**



**DÉFIEZ  
CE QUI  
VOUS  
RETIENT**

## **Allons de l'avant!**

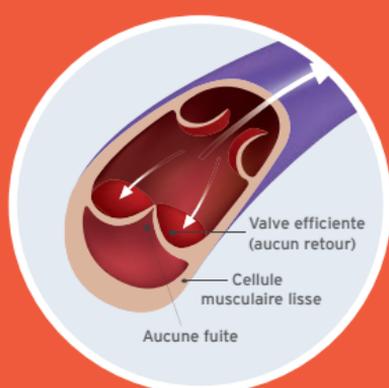
UVJ, pas ce que vous souhaitiez, mais il est là et vous êtes une personne occupée. Travail, jeu, sports, loisirs, voyages, grossesse, la vie, quoi! Vous avez beaucoup de choses à faire et pas de patience pour être un patient! Vous ne laisserez pas un UVJ vous ralentir et nous sommes là pour vous aider à aller de l'avant.

## **QU'EST-CE QUE C'EST?**

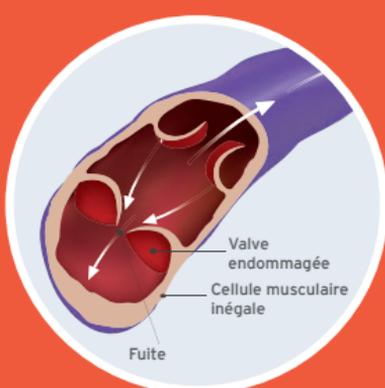
L'ulcère veineux de jambe est une plaie au bas de la jambe qui commence généralement comme une blessure mineure et une rupture dans la peau. Au lieu de cicatriser, l'UVJ empire. Il peut se développer rapidement et, laissé sans traitement, peut durer pendant des années. Il est important d'obtenir un bon diagnostic pour le traiter correctement.

# LE SAVIEZ-VOUS ?

LES SYMPTÔMES PRÉCURSEURS DE MALADIE CARDIOVASCULAIRE PEUVENT INCLURE LA FATIGUE, LA LOURDEUR OU LA DOULEUR DANS LES JAMBES, POUR PROGRESSER VERS L'APPARITION DE VEINES ROUGES EN ARAIGNÉES, DE VARICES ET D'ENFLURE.



Veine normale



Varice

## QUELLE EN EST LA CAUSE?

L'ulcère veineux de jambe survient à la suite d'un problème dans les veines des jambes. Normalement, les veines des jambes aident au retour du sang vers le cœur. Chez les personnes qui souffrent d'insuffisance veineuse chronique (IVC), les valves des veines ne fonctionnent pas bien et causent des fuites résultant en pressions accrues dans les veines des jambes. Des symptômes précurseurs d'IVC comprennent la lourdeur, la fatigue ou la douleur dans les jambes. À mesure que l'IVC progresse, les veines rouges en araignées font leur apparition, suivies de varices et d'enflure. Dans les cas avancés d'IVC, la peau change de couleur, les varicosités sont plus graves et l'UVJ se développe. Il est possible de prévenir la progression et les récurrences d'UVJ avec un traitement de compression. Vous venez de recevoir un diagnostic d'ulcère veineux de jambe (UVJ). Cette brochure vous procurera des renseignements fondamentaux et répondra à la plupart des questions courantes.

## **À QUOI S'ATTENDRE?**

Un ulcère veineux de jambe peut être douloureux et vous pouvez aussi souffrir d'enflure. Si la blessure s'infecte, elle peut dégager une odeur et de l'exsudat. La surface entourant l'ulcère peut devenir sensible et rouge. Appelez votre médecin dès les premiers signes d'ulcère veineux de jambe, car il est possible d'arriver à prévenir le développement de l'UVJ. Si l'UVJ est déjà formé, voyez un médecin sans tarder, car un UVJ récent et plus petit tend à guérir plus rapidement.

## **COMMENT LE TRAITER?**

Votre professionnel des soins de plaies fera un examen et un historique complet de votre jambe et de la plaie pour confirmer un diagnostic correct et aider à déterminer la meilleure façon de traiter l'ulcère et d'en prévenir la récurrence. Dans la majeure partie des cas, l'UVJ est traité par thérapie de compression, qui améliore la circulation sanguine dans la jambe. Cela comprend habituellement l'application de pansements sur la plaie, suivis de bandages de compression, qui sont changés une ou deux fois par semaine. Il est possible que le professionnel de soins recommande une combinaison de produits pour créer des conditions idéales dans la plaie et favoriser une cicatrisation rapide et efficace.

## **SERAI-JE RAPIDEMENT GUÉRI?**

Le respect du traitement recommandé par votre médecin aura un effet crucial sur le temps de guérison. Un traitement standard comprend l'application de pansements humides et de compression. Le temps de cicatrisation dépend de la gravité de l'UVJ et d'autres facteurs de santé.



# LE SAVIEZ-VOUS ?

LA THÉRAPIE PAR COMPRESSION GRADUÉE AIDE À AMÉLIORER LA CIRCULATION SANGUINE DANS LA JAMBE ET À RESTAURER LE RETOUR DE SANG VEINEUX VERS LE CŒUR.

## COMMENT PRÉVENIR L'UVJ?

Une fois qu'un UVJ a cicatrisé, une thérapie par compression graduée est essentielle pour prévenir la récurrence. Cette thérapie consiste habituellement à porter des bas de compression qui appliquent une compression mesurée à votre jambe. La pression est plus intense à la cheville et elle diminue en remontant le long de la jambe. Cela aide à prévenir l'accumulation de sang dans les veines et à restaurer le retour du sang vers le cœur. La compression est essentielle pour guérir un UVJ, ainsi que pour en prévenir la récurrence.



# LE SAVIEZ-VOUS ?

**Vous pouvez faire beaucoup de choses pour aider à réduire le risque d'UVJ :**

- ✓ **Portez votre bas de compression tous les jours.**
- ✓ **Observez une alimentation équilibrée contenant beaucoup de fruits et légumes frais.**
- ✓ **Perdez du poids, au besoin. Un surpoids exerce plus de pression sur les veines.**
- ✓ **Faites de l'exercice régulièrement, pour développer les muscles du mollet et améliorer la circulation sanguine dans les veines.**
- ✓ **Incapable de marcher? Essayez de bouger les pieds de haut en bas en position assise ou couchée.**
- ✓ **Élevez votre jambe lorsque vous êtes assis.**
- ✓ **Si vous fumez, cessez. Cela endommage les artères qui fournissent sang et oxygène à vos jambes. De plus, le tabagisme retarde le processus de cicatrisation.**
- ✓ **Lavez vos jambes régulièrement et appliquez une lotion. La peau sèche s'endommage plus facilement.**
- ✓ **Appelez votre médecin si la peau est endommagée et que vous souffrez de maladie veineuse chronique. Retarder un traitement peut accroître le risque de développer un UVJ.**



JOBST®  
une marque de Essity

Essity  
1275 North Service Road West, bureau 800  
Oakville, ON Canada L6M 3G4  
Tél. : 1 877 978-5526 Téléc. : 1 877 978-9703  
136617F ©Essity, Produits de santé et d'hygiène, AB, 2024 A24