

**Pas de panique!  
Mais il faut être prudent.**

**Décoller et se poser  
sur des jambes saines.**

*Lorsque vos jambes voyagent.*

**Les bas compressifs médicaux  
apportent une aide précieuse.**

Que ce soit pour prévenir les risques ou simplement à titre de prophylaxie contre les jambes douloureuses – les bas compressifs soulagent vos jambes en voyage. Ils exercent une pression constante (compression) sur les veines des jambes et préviennent ainsi une dilatation des veines. Le transport du sang en direction du cœur en est ainsi facilité. Le sang ne peut pas stagner dans les jambes. Des modèles de bas légers et perméables à l'air sont agréables à porter, même en voyage.

Une étude effectuée avec des bas compressifs SIGVARIS portés sur un vol longue distance, a clairement prouvé que les bas compressifs empêchaient le sang de stagner dans les veines et par conséquent le gonflement des jambes pendant le vol.



Les bas compressifs médicaux de SIGVARIS ont fait leurs preuves à l'échelle mondiale depuis plus de 40 ans. Il existe aujourd'hui un assortiment moderne de bas efficaces, depuis le bas mollet jusqu'au collant.

Le coût des bas compressifs prescrits par un médecin, est remboursé par la plupart des compagnies d'assurances. Vérifiez votre plan de protection dès aujourd'hui.

**Bon voyage!**



Quelques minutes de lecture :

**Vos jambes vous seront  
reconnaissantes.**

**SIGVARIS CORP., 4535, rue Dobrin  
Saint-Laurent (Québec) H4R 2L8  
Tél. 514.336.2362 Fax 514.336.8736**

## Ce que subissent les jambes en voyage.

La liberté limitée de mouvement pendant un vol longue distance, en long voyage, en voiture ou dans le bus, met les jambes à rude épreuve. Le fait de rester assis longtemps, sans mouvement, augmente le risque d'une thrombose du voyage, également appelée syndrome de la Classe Économique.

### Symptômes :

Jambes lourdes et fatiguées souvent gonflées et douloureuses pendant le voyage. À l'arrivée, l'impression que les chaussures sont trop petites.

### Causes :

Dans la position assise, la pompe des muscles du mollet est au repos et n'assure pas le retour du sang veineux dans les jambes. Une thrombose se forme lorsqu'il y a formation de caillots qui bouchent les veines.

### Risques :

Cela devient vraiment dangereux lorsque des caillots de sang parviennent dans les poumons. Ils peuvent alors provoquer l'embolie pulmonaire tant redoutée pouvant parfois s'avérer mortelle.

### Personnes concernées :

Les personnes qui souffrent déjà d'affections veineuses (p.ex. varices). Il existe également un risque accru de thrombose en cas d'antécédents familiaux, d'affections générales graves, après des blessures et des opérations.

## Ce que vous pouvez faire pour y remédier.

1

Faites constamment des mouvements avec les pieds. La gymnastique des pieds active la pompe des muscles du mollet favorisant ainsi le transport du sang en direction du cœur.

2

Levez-vous souvent et profitez de votre liberté de mouvement.

3

Buvez beaucoup pendant le voyage (compensez la déshydratation). Évitez l'alcool.

4

Portez des bas compressifs médicaux. Tous les modèles de bas et chaussettes à compression médicale de SIGVARIS® sont conçus pour le voyage. Le choix du produit variera selon vos besoins et les recommandations de votre médecin traitant.

5

Éventuellement une prophylaxie médicamenteuse contre la thrombose. Demandez conseil à votre médecin traitant.



Les études le prouvent :  
Le fait de porter des bas compressifs pendant un vol longue distance représente un avantage pour la santé.