

Enfiler des bas de contention ressemble souvent à une épreuve de force. Suivant la force de compression, il peut être difficile de l'écartier suffisamment pour passer son pied, sans parler d'être souple.

Force souplesse équilibre ne sont pas toujours réunis. Beaucoup d'aides techniques ont été créés pour palier à cet exercice mais peu sont réellement facile d'utilisation et efficaces. Aucune ne s'adresse aux personnes hémiplégiques, l'usage des deux mains est indispensable. Ajoutons que l'action de mettre de tel bas est contre indiqué pour les personnes ayant une arthrose sévère des mains ou une pathologie de type polyarthrite.

J'ai pu tester 4 modèles couramment trouvé dans le commerce dont je vous livre ici mes conclusions.

Modèle de chez Identités, en plastique

Posé au sol, léger avec des ficelles pour tirer



Nécessite de se pencher pour l'utiliser car l'objet doit être posé au sol, ou se mettre sur une table. Il faut enfiler le bas en le retournant, jusqu'au talon. Difficile car l'objet bouge beaucoup.

Pour passer le pied dedans, il faut avoir le pied bien souple car il faut pointer fortement. Le plastique derrière ne permet pas de dégager le talon pour repasser en flexion dorsale. Le bas ne glisse pas sur l'aide technique, de ce fait le bas est hyper tendu sur le pied et coince. Au mieux on arrive à passer le bas mais le talon est à la cheville.

Modèle très inconfortable. Non ergonomique



Modèle de chez Identité souple lux slide.



Il faut enserrer l'enfile bas entre ses genoux pour enfiler dessus le bas ou la chaussette à l'endroit, jusqu'au bout. Puis passer son pied dans

l'ouverture et tirer sur les ficelles tout en tendant la jambe.



Il convient bien pour enfiler des chaussettes qui ne serrent pas mais pour les bas de contention. Avec la contention, l'aide technique se retrouve tellement fermée sur elle-même qu'on ne peut pas passer le pied dedans ou alors cela est douloureux.

Enfile bas roll-on de Sigvaris

En caoutchouc avec gel à l'intérieur, rend l'objet instable en main, très mobile.



Pour enfiler le bas il faut préalablement le passer sur son bras à l'endroit ou sur un manche vendu à part. Passer le Roll-on et le redescendre en enroulant le bas, jusqu'au bout. Forcer pour que la couture du bout du pied soit bien apparente, sinon le bout du pied ne sera pas enfilé correctement. C'est le meilleur moyen que j'ai testé mais il est plutôt destiné à l'aidant compte tenu qu'il faut pouvoir atteindre son pied en se baissant ou en montant la jambe.

Enfile bas métallique

Aide technique intéressante. Elle existe en modèle basique, avec des rallonges de poignées pour ne pas se baisser et en double pour les collants.



Le bas s'enfile à en le retournant sur les arceaux, qui restent bien écartés, jusqu'au talon. La personne doit placer son pied dedans, soit assis, soit debout (plus facile) jusqu'à avoir le pied au sol. L'arrière de l'aide technique étant évidée, il ne gêne pas le talon et le pied peut vite revenir en flexion. Le bas passe facilement la cheville, jusqu'à mi mollet. Dégager ensuite l'aide technique et finir de le monter. Il peut être

nécessaire de repositionner le talon et d'ajuster la position du bas sur le pied.

Il existe bien d'autres modèles que j'ai testé mais dont la manipulation pour mettre le bas dessus reste fastidieuse, tel que le



Un dernier modèle qui me paraît très intéressant mais que je n'ai pas pu essayer, est une simple manche en nylon. L'enfile bas easy slide de Sigvaris. Il ne permet que de mettre des bas ouverts au bout du pied.



https://www.youtube.com/watch?v=92kbFVg7-6w&t=4s&ab_channel=SIGVARISGROUPUSA

CONCLUSION

Au final les enfiles bas sont surtout destinés aux tierces personnes. Enfiler un bas de contention reste difficile. Les enfiles bas tire souvent sur le collant alors qu'il faudrait les écarter et les déposer progressivement sur la jambe de bas en haut sans tirer vers le haut. Il est souvent nécessaire de demander le passage d'infirmière pour les mettre correctement chaque matin. S'il s'agit juste d'enfiler des chaussettes, ces aides techniques, hormis la première, sont viables.