

## Soins des ulcères veineux de jambe



**Porter des bandes ou des bas de contention accélère la cicatrisation. Pour protéger la plaie, des pansements simples à base de vaseline sont souvent le meilleur choix.**

● Les ulcères veineux de jambe sont des plaies, en général situées entre le genou et la cheville, qui cicatrisent mal en raison de troubles de la circulation du sang dans les veines. Ils provoquent des douleurs et gênent parfois la marche. Sans soins, la plaie cicatrise très lentement et rechute souvent.

### Porter une contention veineuse

● Un soin de base des ulcères veineux est la contention élastique. Elle consiste à porter des bandes ou des bas de contention pour limiter les troubles veineux. L'ulcère cicatrise plus rapidement quand la pression de la contention veineuse est importante, par exemple en superposant 2 dispositifs (2 bas ou 1 bande + 1 bas).

● Les bandes et bas élastiques de contention causent parfois des troubles de la circulation du sang dans les artères, notamment quand ils sont mal posés. Il faut alors repositionner la bande ou le bas, par exemple en cas de fourmillements

ou d'insensibilités du pied, et avertir un soignant si les troubles persistent. Les bandes et les bas de contention ne doivent pas être utilisés en cas de maladie des artères des jambes (artériopathie).

● Quand les dispositifs de contention sont bien supportés, il est conseillé de les porter en continu (jour et nuit) jusqu'à guérison.

### Nettoyer la plaie

● Pour les soins des ulcères, nettoyer la plaie à l'eau du robinet et au savon. Les antiseptiques ne semblent pas accélérer la cicatrisation. Ils provoquent parfois des eczémas de contact et participent à la sélection de bactéries résistantes.

● Il est parfois préconisé de faire enlever les peaux mortes ou celles qui semblent gêner la cicatrisation. Dans ce cas, appliquer des anesthésiques locaux (*lidocaïne + prilocaïne*) environ une demi-heure avant le soin permet de limiter la douleur. Des pansements imprégnés d'*ibuprofène* (un anti-inflammatoire) ne semblent pas efficaces.

● L'apparition de signes d'infection comme de la fièvre, une rougeur, une douleur, un gonflement inhabituel de la jambe nécessite un avis d'un soignant sans tarder.

### Protéger la plaie par un pansement

● Un pansement protège la plaie et favorise le processus de cicatrisation. Il en existe de nombreux types, mais aucun ne semble plus efficace que les autres pour accélérer la cicatrisation. Les pansements les plus simples à base de *vaseline* sont souvent un choix raisonnable.

● D'autres types de pansement peuvent s'avérer utiles : un pansement à base de *silicone* semble moins douloureux lors du retrait, un pansement hydrocolloïde permet d'espacer les soins.

● Parfois, les pansements provoquent une macération et des irritations autour de la plaie. Les pansements à base de *vaseline* semblent provoquer moins d'allergies.

©Prescrire - décembre 2015

#### Sources :

- "Pansements des ulcères veineux de jambe. Praticité et coût sont les principaux critères de choix" *Rev Prescrire* 2013 ; 33 (359) : 682-687.
- "Une contention pour les ulcères de jambe" *Rev Prescrire* 2001 ; 21 (215) : 217-218.