



Le mystère des jambes lourdes dévoilé



Il existe dans le corps humain trois systèmes circulatoires, un système actif, (les artères), deux systèmes passifs, (les veines et le réseau lymphatique). Les artères conduisent le sang sous l'impulsion de la pompe cardiaque et s'organisent en réseau comme les veines d'un arbre pour se terminer aux capillaires où les nutriments énergétiques sont transmis aux cellules.

Les cellules selon leur spécificité remplissent leur fonction (digestion, élimination, reproduction, locomotion, etc.). Les déchets de la combustion énergétique sont éliminés par la lymphe et l'oxyde de carbone est ensuite récupéré par le sang veineux. Les veines repartent aux poumons pour se ré-oxygéner et revenir au cœur.

Sauf que le retour veineux, plus difficile au niveau des jambes du fait de la pesanteur, a besoin pour remonter au cœur d'être

aidé par plusieurs pompes vasculaires et en premier lieu les muscles qui sont traversés par 80 % des vaisseaux et la voute plantaire.

Le sang veineux remonte par paliers

A la différence des artères qui sont souples et élastiques pour absorber le flux impulsé par le rythme cardiaque, les veines sont plus toniques et munies de valvules, sortes de petits clapets qui se

Pourquoi les femmes sont-elles plus concernées ?

Tout simplement parce que dans la deuxième partie du cycle, l'utérus augmente de volume et constitue également un autre lieu de compression.