



Des vêtements pour prendre soin de soi

Soulager. Sublimier. Libérer.



**Brochure à destination
des professionnels de santé**



Une problématique rarement abordée : le vêtement

Le vêtement est en **contact permanent** avec le corps.

Pour les femmes vivant avec des **douleurs pelviennes** ou certaines **pathologies chroniques**, certains vêtements peuvent **accentuer les sensations d'inconfort**.

La compression abdominale, les ceintures rigides ou les tissus peu souples peuvent parfois **augmenter la douleur** et **limiter la mobilité**.

Pour mieux comprendre cette réalité, une **enquête exploratoire Kalhya** a été menée auprès de 186 femmes vivant avec des douleurs chroniques pelviennes et/ou lombaires.

Cette enquête avait pour objectif d'explorer :

- la relation entre vêtements et inconfort corporel
- l'impact sur les activités quotidiennes
- les attentes des femmes concernant des vêtements adaptés.

Les résultats mettent en évidence plusieurs tendances :

Inconfort vestimentaire

- 86 % déclarent ressentir un inconfort abdominal accentué par certains vêtements.
- 79 % disent adapter leurs vêtements en fonction de l'intensité de la douleur
- 72 % ont déjà changé ou retiré un vêtement dans la journée à cause d'une douleur pelvienne ou lombaire

Impact sur le travail et les études

- 64 % déclarent que la douleur affecte leur concentration.
- 58 % indiquent des difficultés à rester assises longtemps.
- 41 % évoquent des absences régulières ou interruptions d'activité.

Impact sur la vie sociale et le bien-être

- 54 % déclarent renoncer à certaines sorties lorsque l'inconfort est trop important. Certaines femmes expliquent également :
 - limiter certaines activités ou refuser une invitation
 - anticiper les situations inconfortables et se sentir épuisées
- 67 % des participantes déclarent que les douleurs et l'inconfort vestimentaire affectent leur bien-être. Elles évoquent notamment :
 - fatigue liée à la douleur
 - frustration face aux vêtements
 - perte de confiance en elle
 - déprime et dévalorisation

Le pantalon idéal selon les femmes

Lorsqu'on demande aux participantes de l'étude de décrire le pantalon idéal, les attentes principales sont :

- une **taille souple** et extensible
- l'**absence de pression** sur le ventre et le dos
- un **maintien** confortable
- un **tissu doux** et naturel
- une coupe élégante permettant de **se sentir bien** dans son corps et dans sa tête
- la possibilité de mettre ses **bouillottes directement dans le pantalon**

L'approche Kalhya

Chez Kalhya, le vêtement n'est pas seulement une question de **style**.

Il **influence** la façon dont une femme se sent, se déplace et vit sa journée.

Les pantalons Kalhya ont été imaginés à partir de la **connaissance** des **zones corporelles sensibles** et de douleurs et des besoins réels des femmes (être élégante, se mouvoir sans douleur, ne pas sentir de pression abdomino-lombaire). Les vêtements traditionnels ne prennent que rarement ces réalités en compte. L'objectif de Kalhya est d'offrir un vêtement capable d'**accompagner le corps** plutôt que de le contraindre. Le corps des femmes mérite des vêtements qui respectent son rythme, ses sensibilités et ses besoins.

Kalhya développe des vêtements pensés pour accompagner les femmes dans leur quotidien et leur permettre de se sentir bien, dans leur corps comme dans leur esprit.



Les pantalons kalhya

Confort et mobilité

Les pantalons Kalhya utilisent un bandeau en maille bord-côte extensible.

Cette maille permet :

- d'accompagner les variations abdominales
- de limiter la pression exercée par une ceinture rigide
- de ne pas augmenter les douleurs existantes
- de suivre les mouvements du corps.

Ils existent en **version confort** (bandeau souple) et en **version combo** (bandeau souple intégrant des bouillottes sèches)



Endoluna : ceinture bouillotte ventre et dos

Endoluna est une **ceinture textile** destinée à réchauffer **simultanément** le ventre et la région lombaire, grâce à 2 bouillottes sèches (70 % lin + 30 % riz)

Elle a été conçue pour accompagner les femmes souffrant de **douleurs pelviennes et/ou lombaires** récurrentes, dans leur vie quotidienne, en apportant un confort thermique localisé et discret.

Endoluna s'inscrit dans une approche complémentaire non médicamenteuse, visant à améliorer le confort et la mobilité pendant les périodes douloureuses.

Elle ne se substitue pas à une prise en charge médicale.

Les avantages pour les utilisatrices

- utilisation simple et rapide
- possibilité de rester mobile et de poursuivre ses activités
- port discret dans la vie quotidienne (travail, transport, école)
- soulagement par la chaleur enveloppante au niveau abdominal et lombaire et sensation de libération du bassin



Les principes de conception

- Bandeau souple qui s'adapte aux gonflements du ventre (endobelly) tout au long de la journée.
- Zéro point de pression
- Sans boutons, fermetures ou ceintures rigides susceptibles d'irriter les zones sensibles.
- Respect des zones sensibles:

Petit bassin, ventre, vulve, hanches et bas du dos.

- Tissus naturels et respirants respectueux de la peau, de la santé et du confort.

Les vêtements suivent le corps et permettent davantage de **liberté de mouvement**, tout en offrant une **sensation d'apaisement** et de **soulagement**.



Pourquoi recommander Kalhya ?

- Les douleurs chroniques peuvent avoir un impact important sur la qualité de vie des femmes (mobilité, activité socio-professionnelle, sommeil ou gestion du stress)
- De nombreuses patientes utilisent spontanément la chaleur locale comme moyen de confort et d'apaisement pour accompagner les périodes douloureuses.

Des résultats concrets pour les femmes

Mobilité retrouvée

75 %

des femmes expriment la possibilité de reprendre certaines activités sociales : marcher, sortir, répondre à une invitation

Apaisement de la douleur

94 %

rapportent une amélioration perçue des tensions abdominales ou lombaires associée à l'utilisation de chaleur douce

Estime de soi retrouvée

82 %

déclarent se sentir plus à l'aise dans leur apparence et leur style vestimentaire

Démarche Kalhya

Kalhya souhaite **contribuer** à une **meilleure compréhension** du **rôle du vêtement** et du **confort thermique** dans la vie quotidienne des femmes vivant avec des **douleurs chroniques**.

Une **démarche d'étude observationnelle** est en cours afin de **documenter l'expérience** des utilisatrices et d'**explorer l'impact** potentiel de ces solutions sur :

- le confort corporel
- la mobilité
- la qualité de vie.

Kalhya souhaite également développer des **collaborations** avec les professionnels de santé afin d'**enrichir les connaissances** sur cette problématique encore peu étudiée.

Pour transmettre l'étude à vos patientes:



À propos de la fondatrice

Je m'appelle Sabrina Poisbleau. Je suis atteinte d'**endométriose** et du **Syndrôme d'Elhers Danlos**. Educatrice spécialisée DE, j'ai dû me réorienter vers la sophrologie et la naturopathie car la maladie ne me permettait plus d'exercer mon métier. Une seconde fois, j'ai dû réadapter ma vie, car comment prendre soin de l'autre quand vous même vous souffrez ? J'ai donc décidé de transformer ma plus grande passion en activité professionnelle: la couture. Ce choix n'est pas né d'une opportunité commerciale, mais d'une nécessité personnelle : trouver des solutions concrètes pour vivre avec la douleur au quotidien.

Pourquoi j'ai créé Kalhya

Kalhya est née d'un constat simple. Je vis avec la **douleur chronique** depuis l'âge de 9 ans. En 2019, mes douleurs ont empiré, je ne parvenais plus à m'habiller à cause d'elles et j'avais besoin de **chaleur constante** pour apaiser ma souffrance. Et moins je pouvais m'habiller, plus mon estime chutait. Je perdais confiance en moi. J'ai donc imaginé ma propre solution.

En discutant avec de nombreuses femmes, j'ai réalisé à quel point les **vêtements** pouvaient devenir une **source d'inconfort**, voire de **douleur** et de **détresse psychologique**. Je n'étais donc pas seule dans ce cas.

Certaines m'expliquaient devoir ouvrir leur pantalon au cours de la journée pour soulager la pression sur leur ventre ou dans le dos. Tout comme moi.

D'autres me racontaient se sentir fatiguées, limitées dans leurs mouvements ou déprimées du fait de ne plus trouver quoi porter, avec cette sensation de " ne ressembler à rien",

Ces témoignages m'ont profondément marquée et ont résonné avec ma propre situation.

J'ai compris que le vêtement pouvait jouer un rôle beaucoup plus important qu'on ne l'imagine dans le **bien-être** quotidien et dans **l'hygiène de vie**.

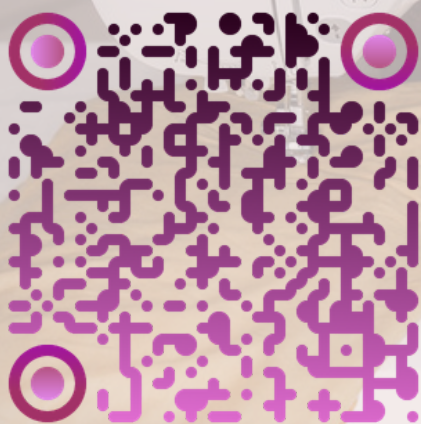
J'ai donc voulu créer une marque qui prend en compte ces réalités.

Kalhya est née de cette envie :

concevoir des **vêtements** qui **respectent** le corps, **accompagnent** les femmes dans leur quotidien et leur permettent de se sentir à la fois **confortables, libres de leurs mouvements et féminines**.

Contact

Pour en savoir plus sur
nos services et produits :



07.69.35.18.75



www.kalhya.com



contact@kalhya.com



123, rue Georges Clémenceau
85190 Venansault