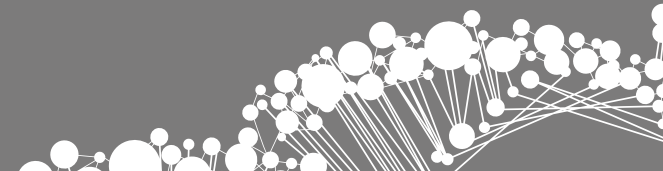


Atelier Hygiène du moignon,
de la prothèse ; problèmes dermatologiques

Trame d'éducation
thérapeutique



- L'hygiène, pourquoi ?



- Défaut d'hygiène = Risques
 - Plaies
 - Infections
 - Ne plus pouvoir marcher



- L'hygiène, comment ?



- Prévention des risques
 - Moignon : prévention des plaies et infections
 - Prothèse : prévention des infections
 - Membre controlatéral: prévention des plaies, préservation du membre
 - Hygiène de vie : prévention du risque vital



- L'hygiène, comment ?

- Hygiène du moignon



• Hygiène du moignon

• Regarder et surveiller

Ce qu'il faut faire

- Examiner le moignon tous les jours et après le port de la prothèse avec un miroir si nécessaire.
- Surveiller l'apparition d'ampoules, de plaies, de rougeurs, d'un écoulement.
- Prévenir votre médecin en cas de souci au niveau du moignon.



Ce qu'il ne faut pas faire

- Se soigner tout seul.
- Laisser évoluer une plaie.



• Hygiène du moignon

• Regarder et surveiller

Ce qu'il faut faire

- Laver le moignon tous les jours (plutôt le soir) avec un savon à ph neutre.
- Bien insister sur les plis qui peuvent être le siège de macérations et infections.
- Rincer le moignon à l'eau. Le sécher avec une serviette douce.



Ce qu'il ne faut pas faire

- Utiliser une crème sur le moignon le matin, avant le chaussage de la prothèse.
- Utiliser des produits qui pourraient être agressifs pour votre moignon (pas de savons avec parfum, pas de solutions alcoolisées).
- Raser ou épiler votre moignon pourrait entraîner des irritations cutanées, des « boutons », des abcès surtout en regard d'une zone d'appui.



• Hygiène du moignon

- Que faire en cas de transpiration excessive du moignon = « hyperhydrose »

Ce qu'il faut faire

- Laver le moignon une seule fois par jour, le soir de préférence.
- Dans la journée, retirer plusieurs fois la prothèse et le manchon, pour essuyer le moignon, sans frotter, avec une serviette absorbante propre, ainsi que le moignon.
- Remettre le manchon sec.
- En cas de persistance de la transpiration excessive, consultez votre médecin et la consultation d'appareillage : des traitements spécifiques pourront vous être proposés

Ce qu'il ne faut pas faire

- Frotter le moignon ou le frictionner avec une solution alcoolisée entraînent des risques:
 - irritations
 - aggravation des signes
 - infection.
- Raser le moignon pourrait entraîner des « boutons » et des abcès surtout en regard d'une zone d'appui.
- Rester avec une emboiture désadaptée.



- L'hygiène, comment ?

- Hygiène du manchon



• Hygiène du manchon

- Entretien des manchons en silicone, gels de copolymère et polyuréthane

Ce qu'il faut faire

- Les manchons en silicone, copolymère et gel de polyuréthane doivent être nettoyés tous les soirs avec de l'eau et du savon doux ou PH neutre et séchés.
- Les placer ensuite sur le support, tissu à l'extérieur.



Ce qu'il ne faut pas faire

- Laisser le manchon retourné toute la nuit.
- Le mettre près d'une source de chaleur.
- Le laisser tremper ou le mettre en machine à laver.
- Retourner la gaine de succion sur l'emboîture.



• Hygiène du manchon

Le lavage



- Retourner le manchon à l'envers. (Gel à l'extérieur)
- Lavage au gant de toilette humide + savon doux
- Rincage au gant de toilette + eau claire

Tout chaussage du manchon doit être réalisé avec un manchon parfaitement sec

Le séchage



- Bien essuyer le gel avec une serviette de toilette
- Il faut ensuite toujours repositionner le manchon à l'endroit

Position de séchage pendant la nuit



- Séchage nocturne sur le support s'il est fourni avec le manchon
- Séchage à plat sur un linge si le manchon ne possède pas de support

• Hygiène du manchon

• Entretien des manchons en caoutchouc et en mousse

Ce qu'il faut faire

- Les manchons en caoutchouc ou en mousse doivent être lavés tous les soirs avec 1 savon liquide et de l'eau tiède.
- Utiliser une éponge ou 1 gant de toilette propre.
- Bien rincer et sécher, en essuyant le surplus avec 1 serviette éponge propre.
- Laisser sécher toute la nuit à l'air ambiant.
- Ils doivent être changés tous les jours et interchangeés si possible



Ce qu'il ne faut pas faire

- Mettre à tremper les manchons en latex ou mousse.
- Les mettre à côté d'une source de chaleur (détériore le matériau).

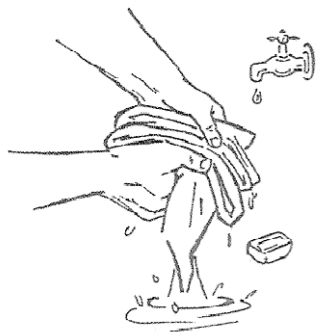


- Hygiène du manchon

- Entretien des gaines et des bonnets

Ce qu'il faut faire

- Les gaines et bonnets doivent être lavés à l'eau et au savon neutre ou en machine à 30°, séchés à plat et changés tous les jours.



Ce qu'il ne faut pas faire

- Porter des gaines et bonnets sales et troués.
- Faire sécher sur une source de chaleur.



• L'hygiène, comment ?

• Hygiène de l'emboîture

Ce qu'il faut faire

- Nettoyer l'emboîture quotidiennement si la prothèse n'a pas de manchon (1 fois / semaine si manchon) à l'eau et au savon neutre, avec une éponge ou un gant propre.
- Rincer et sécher avec une serviette propre.

Ce qu'il ne faut pas faire

- La faire tremper.
- La frotter avec un abrasif.
- Ne pas poser la prothèse près d'une source de chaleur (soleil, radiateur...)



- Hygiène de l'emboîture

- Etat de la prothèse



• Hygiène de l'emboîture

• Vérification de l'état de la prothèse

Ce qu'il faut faire

- Prendre soin de sa prothèse.
- Inspecter sa prothèse pour voir s'il y a un souci.
- Faites vérifier et réparer sa prothèse par l'orthoprothésiste
- Faites attention aux prothèses en bois (veiller à l'état du vernis..)
- Ne pas faire tomber sa prothèse, car elle risque de se briser si elle tombe.
- Respecter les consignes d'utilisation remises par l'ortho-prothésiste.

Ce qu'il ne faut pas faire

- Se baigner avec sa prothèse, sauf s'il s'agit d'une prothèse de bain.
- Bricoler sa prothèse
- Mouiller le cuir de la prothèse.
- Porter des chaussures instables.
- Changer de hauteur de talons sans faire régler le pied de la prothèse par l'orthoprothésiste.



- L'hygiène, comment ?

- Hygiène de l'autre jambe (artérite et diabète)




- Hygiène de l'autre jambe (artérite et diabète)

- Surveillance de l'autre jambe

Ce qu'il faut faire

- Vérifier l'état de sa jambe et de son pied, tous les jours :
Rechercher des blessures, des macérations, des démangeaisons, des durillons.
- Si la jambe change d'aspect (couleur, chaleur, douleur, plaie...), consulter rapidement le médecin.

Ce qu'il ne faut pas faire

-  - Laisser trainer un changement d'aspect de la jambe ou du pied.



- Hygiène de l'autre jambe (artérite et diabète)

- Toilette et soins de l'autre jambe

Ce qu'il faut faire

- Bien laver son pied avec un savon doux et bien le rincer et bien sécher, particulièrement entre les orteils.
- Privilégier la douche aux bains de pied pour éviter la macération.
- Porter des chaussettes en coton, non serrées, sans couture traumatisante ; les changer tous les jours.
- Porter la chaussure en bon état.



Ce qu'il ne faut pas faire

- Marcher pied nu.
- Se chausser pied nu.



- Hygiène de l'autre jambe (artérite et diabète)

- Prévention des plaies de l'autre jambe

Ce qu'il faut faire

- Eviter tout choc ou traumatisme sur la jambe et le pied.
- Les ongles doivent être coupés proprement, par un pédicure de préférence.
- Vérifier auprès de son médecin que la vaccination antitétanique est à jour.

Ce qu'il ne faut pas faire

- Couper ses ongles seul.
- Utiliser une bouillotte dans le lit ou de la glace sur la jambe sans protection, car risque de brûlures+++.
- Placer le pied sur une source de chaleur.
- Se soigner tout seul si plaie.



- L'hygiène, comment ?

- Hygiène de vie



• Hygiène de vie

• Prendre soin de soi

Ce qu'il faut faire

- Arrêt du tabac
- Restreindre l'alcool
- Consommer moins de graisses, moins de sucre.
- Conserver un poids stable pour garder une bonne adaptation de votre prothèse
- Marcher régulièrement sans déclencher de crampe.
En cas de douleur : consulter le médecin.
- En cas de diabète et/ou d'hypercholestérolémie :
respecter son régime et son traitement médical.
- En cas d'hypertension artérielle : respecter son traitement et faire contrôler sa tension artérielle régulièrement par le médecin.



- En cas d'anomalie sur le moignon



- Ce qu'il faut reconnaître
 - Douleur
 - Irritations
 - Infections
 - Allergies
 - Problèmes circulatoires



• En cas d'anomalie sur le moignon

Ce qu'il faut faire

- Stopper le port de la prothèse
- Mettre une contention sur le moignon
- Consulter

Ce qu'il ne faut pas faire

- En cas de problème cutané, continuer de porter sa prothèse
- Rester avec une prothèse inadaptée (trop grande ou usée)



Qui appeler ?
Consultation
d'appareillage ortho-
prothésiste

