

Hygiène du membre controlatéral

Toilette et soins

FAIRE :

- laver le pied avec un savon doux et bien sécher, éviter les bains de pied
- porter des chaussettes en coton, non serrées sans coutures traumatiques



NE PAS FAIRE :

- marcher pied nu
- être pied nu dans la chaussure

Prévention des plaies

FAIRE :

- éviter tout choc
- ongles coupés proprement, de préférence par un pédicure

NE PAS FAIRE :

- couper ses ongles seuls
- utiliser une bouillotte ou de la glace sans protection (risque de brûlure)
- se soigner seul s'il y a une plaie



Hygiène de vie

Prendre soin de soi

- arrêt du tabac
- restreindre l'alcool
- conserver un poids stable pour garder une prothèse adaptée
- marcher régulièrement sans déclencher de douleurs
- en cas de diabète ou de cholestérol, respectez votre régime et traitement
- en cas d'hypertension, respectez votre traitement et surveillez votre tension



En cas de problème cutané :

QUE FAIRE ?

- Stop port de la prothèse
- Consultation médicale en urgence
- Vérification de l'adaptation de votre prothèse auprès de votre ortho-prothésiste

QUI APPELER ?

- Votre médecin
- Consultation d'appareillage - tél :
- Coordonnées de l'établissement

Hygiène chez la personne présentant une amputation de membres inférieurs



Mauvaise hygiène = risques

- Plaies
- Infections
- Ne plus pouvoir marcher

Hygiène du moignon

Regarder et surveiller

FAIRE :

- examiner tous les jours et après le port de la prothèse (à l'aide d'un miroir si besoin)
- prévenir votre médecin en cas de soucis



NE PAS FAIRE :

- se soigner seul

Laver le moignon quotidiennement

FAIRE :

- laver avec un savon au ph neutre
- rincer à l'eau
- bien sécher avec une serviette douce



NE PAS FAIRE :

- utiliser une crème sur le moignon avant chaussage de la prothèse



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

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

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

Hygiène du manchon

FAIRE :

- nettoyage tous les soirs à l'eau et savon
- le mettre à sécher à l'air ambiant sur le support, tissu à l'extérieur

NE PAS FAIRE :

- laisser le manchon retourné toute la nuit
- le mettre près d'une source de chaleur
- le laisser tremper ou le mettre dans la machine à laver

Hygiène de la prothèse

FAIRE :

- nettoyage quotidien de l'emboiture
- vérifier l'état de la prothèse
- attention aux prothèses en bois (risque de cassure)
- porter la même hauteur de talons

NE PAS FAIRE :

- se baigner avec
- porter des chaussures instables
- faire tremper l'emboiture, le laver avec un abrasif