



Prévention des escarres

Sommaire

Avant-propos	3
Qu'est-ce qu'une escarre ?	4
Comment se forme une escarre et comment la reconnaître ?	4
Comment éviter les escarres ?	5
Que pouvez-vous faire personnellement pour éviter les escarres ?	7
Interventions dans l'achat et la location de matériel de prévention des escarres	8
Contacts utiles	11

Avant-propos

L'apparition d'escarres est un problème de santé majeur. En plus d'être source d'inconfort, les escarres occasionnent des coûts. D'où l'importance de prévenir leur apparition ou de les identifier le plus tôt possible.

Cette brochure s'adresse à vous et à votre famille. Vous y trouverez des informations sur la manière dont se forment les escarres et sur les zones où elles peuvent se former. La brochure contient aussi des informations sur les mesures préventives.

Vous avez encore des questions après avoir lu la brochure ? N'hésitez pas à les poser à votre médecin ou votre infirmier.

Qu'est-ce qu'une escarre ?

Également connue sous le nom d'escarre de décubitus ou de plaie/ulcère de pression, une escarre est une lésion de la peau et/ou des tissus sous-jacents (tissu adipeux, muscles, tendons) due à la pression et au cisaillement. Lorsque vous êtes en position allongée ou assise, une pression s'exerce sur votre peau et/ou les tissus sous-jacents. Ce phénomène se produit au niveau des saillies osseuses, par exemple le coccyx, les hanches et les talons.

Comment se forme une escarre et comment la reconnaître ?

Des rougeurs sont souvent le premier signe d'escarre. Il arrive que des cloques (ouvertes) se forment. Dans le pire des cas, elles deviennent des plaies profondes qui ne guérissent pas naturellement.

Vous bougez trop peu pour l'une ou l'autre raison (maladie, vieillesse, opération) ? Il y a un risque d'escarre.

Les escarres se forment aussi quand :

- on reste longtemps assis ou couché dans la même position ;
- on reste assis bien droit trop longtemps ;
- on s'avachit dans un lit ou sur un fauteuil.

Lors de votre admission et pendant votre hospitalisation, l'infirmier vérifiera si vous présentez un risque d'escarre. Sur la base des observations et d'une évaluation des risques, nous déterminerons si des mesures préventives supplémentaires sont nécessaires.

Comment éviter les escarres ?

Pour éviter les escarres, mieux vaut changer régulièrement de position. Nous fournissons également du matériel destiné à réduire la pression et le cisaillement. Enfin, nous vérifions les zones à risque sur votre peau tous les jours.

MATÉRIEL ANTI-ESCARRES

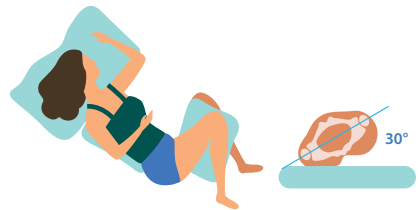
L'hôpital dispose de matériel destiné à la prévention des escarres : coussins de talon flottant, coussin d'assise et matelas spéciaux. Vous êtes patient et vous présentez un risque d'escarres ? N'hésitez pas à utiliser notre matériel anti-escarres. Nous placerons par exemple un matelas anti-escarres supplémentaire.

Il importe aussi d'éviter les escarres au niveau des talons. Pour ce faire, nous allégerons la pression exercée sur vos talons en plaçant un coussin sous vos jambes. Les coussins anti-escarres se placent quant à eux sur les sièges. Dans certains services, ils y sont même déjà intégrés.

CHANGEMENT DE POSITION

Vous êtes souvent allongé dans un lit ?

L'infirmier vous changera de position. Faites-le aussi de votre propre initiative, dans la mesure du possible, par exemple en vous tournant sur le côté, sur le ventre ou sur le dos. La fréquence des changements de position dépend de vos besoins et des risques.



Vous restez allongé sur le dos ? Le soignant (ou vous-même) utilisera la télécommande du lit pour créer un pli au niveau de vos genoux et ainsi éviter que vous adoptiez une position avachie. Nous placerons aussi un coussin (sur la largeur du lit) sous vos jambes pour que vos talons ne soient pas appuyés sur le matelas.

Limitez les positions trop droites, car elles augmentent la pression exercée sur le coccyx. Redressez donc la tête de lit de maximum 30°.



Vous êtes souvent dans un fauteuil (roulant) ? Changez, là encore, régulièrement de position. Penchez-vous en avant ou inclinez-vous vers la gauche ou vers la droite pendant quelques minutes. Évitez à tout prix de vous avachir ou de vous tenir penché dans votre fauteuil ou sur votre chaise. Ne restez pas assis droit plus d'une heure si vous n'avez pas de coussin anti-escarres ou plus de deux heures si vous en avez un.



Une bonne situation nutritionnelle est primordiale pour l'état de la peau et des tissus sous-jacents. Un diététicien assurera un suivi, le cas échéant. Vous avez déjà une escarre ? Il se peut qu'on vous administre un complément alimentaire spécifique.

Que pouvez-vous faire personnellement pour éviter les escarres ?

Prenez vous-même des précautions pour éviter les escarres. Vous en avez déjà ? Prenez des **mesures** pour que la plaie ne s'aggrave pas et puisse guérir.

- Si possible, sortez régulièrement de votre lit ou de votre fauteuil et faites quelques pas.
- Évitez de rester longtemps assis (maximum deux heures) ou allongé (maximum quatre heures) dans la même position.
- Ne vous affalez pas dans votre lit ou votre fauteuil.
- Changez de position si vous ressentez une douleur ou un inconfort. Demandez au personnel infirmier de vous aider si nécessaire.
- Si vous avez eu une escarre, signalez-le au personnel infirmier.
- Placez un coussin spécial dans votre fauteuil ou sous vos jambes quand vous êtes allongé.
- Demandez aux infirmiers de vous changer si nécessaire. L'urine et les selles favorisent, en effet, l'apparition de lésions et d'irritations cutanées.

Interventions dans l'achat et la location de matériel de prévention des escarres

Si les mutualités sont souvent les premiers organismes auxquels on demande une intervention pour du matériel de prévention des escarres, il existe d'autres possibilités. **Il peut s'avérer utile d'examiner et de combiner plusieurs options, selon la situation personnelle et les besoins en termes de soins.**

MUTUALITÉ

Les mutualités interviennent dans l'achat ou la location de matériel anti-escarres, notamment les matelas, les coussins d'assise et les protège-talons. Les membres bénéficient déjà d'une réduction, généralement doublée d'une remise supplémentaire sur présentation d'une prescription médicale. Le montant de l'intervention et les conditions peuvent toutefois varier d'une mutualité à l'autre et d'une année à l'autre. Contactez donc le service social de votre mutualité pour obtenir des informations actualisées sur les remboursements, les conditions, la procédure de demande et les fournisseurs agréés.

ASSURANCE HOSPITALISATION

Les assurances hospitalisation peuvent, selon la police, intervenir dans l'achat d'aides après une hospitalisation. Renseignez-vous auprès de votre assureur pour savoir quelle couverture spécifique s'applique au matériel anti-escarres.

AGENCE FLAMANDE POUR LES PERSONNES EN SITUATION

DE HANDICAP

La VAPH (Vlaams Agentschap voor Personen met een Handicap) apporte une aide aux personnes qui souffrent d'un handicap reconnu (par la VAPH). Elle offre notamment un remboursement total ou partiel des aides telles que des matelas et des coussins anti-escarres. Si vous avez moins de 65 ans ou si vous avez déjà un numéro VAPH, vous pouvez récupérer une grande partie du prix d'achat d'un matelas adapté. Contactez la VAPH pour qu'elle intervienne, le cas échéant, dans l'achat d'un deuxième coussin d'assise. Toute demande introduite auprès de la VAPH doit s'accompagner des documents médicaux requis (prescription du médecin) et du rapport d'un ergothérapeute.

CPAS

Votre CPAS offre peut-être une aide matérielle ou une intervention partielle dans l'achat ou la location de matériel de prévention des escarres. Tout dépend de votre situation financière et de l'urgence du besoin médical. Consultez votre CPAS pour en savoir plus sur les mesures d'aide disponibles

ASSURANCE EN CAS D'ACCIDENT DU TRAVAIL OU D'ACCIDENT

AVEC DES TIERS RESPONSABLES

Si vous avez été victime d'un accident du travail ou d'un accident avec des tiers responsables, l'assurance concernée remboursera l'intégralité du prix d'achat d'un matelas et d'un coussin d'assise.

Contacts utiles

Vous souhaitez obtenir de plus amples informations ou poser des questions sur votre admission ? Contactez-nous via les coordonnées ci-dessous.

Centre de soins des plaies

055 23 34 90 ou 055 23 34 93

Disponible les lundi, mardi, jeudi et vendredi

Numéro général CH Glorieux

055 23 30 11

ASBL WERKEN GLORIEUX | CH GLORIEUX

Avenue Stefaan Modest Glorieux 55, 9600 Renaix

T 055 23 30 11 | info@azglorieux.be

www.chglorieux.be

ette brochure d'information est à titre indicatif et ne remplace en aucun cas une consultation médicale.
Ni le personnel ni les médecins ne peuvent être tenus responsables d'éventuelles erreurs ou omissions.

