



CONSULTATION SOINS  
DES PLAIES

# Aider à prévenir les escarres



# ESCARRE, ULCÈRE DE DÉCUBITUS, PLAIE DE PRESSION...

Sans doute en avez-vous déjà entendu parler. Peut-être connaissez-vous quelqu'un qui a souffert d'escarres. Vous trouverez dans cette brochure des informations sur l'apparition des escarres et sur les précautions que vous pouvez prendre avec le personnel soignant et avec votre famille pour prévenir ces plaies.

## QU'EST-CE QU'UNE ESCARRE?

Une escarre est aussi appelée dans le jargon «ulcère de décubitus» ou «plaie de pression». Il s'agit d'une lésion de la peau et du tissu sous-jacent qui est causée par une pression ou un cisaillement permanents. Ce type de plaie est généralement douloureux et met souvent beaucoup de temps à guérir.

La plaie commence par une rougeur qui ne pâlit pas lorsque l'on pousse dessus avec le doigt. Si l'on ne fait pas ce qu'il faut, cette lésion va se transformer en plaie. Cette plaie peut aller d'une ampoule percée à une plaie profonde et grave avec détérioration du tissu musculaire et osseux. C'est pourquoi nous devons toujours prendre les escarres au sérieux.

## COMMENT APPARAISSENT LES ESCARRES?

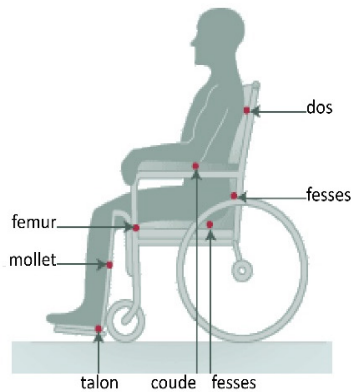
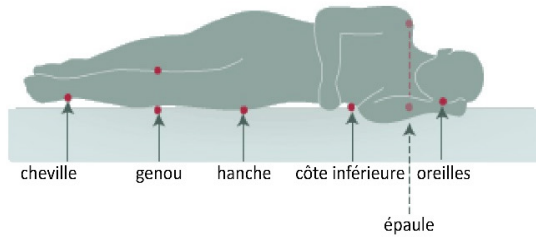
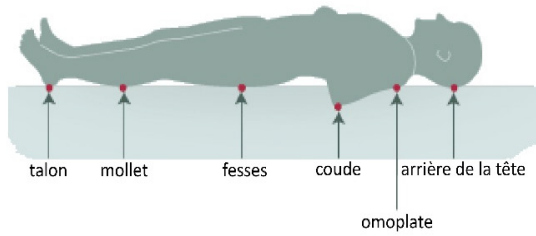
À force de rester assis ou couché dans la même position pendant une période prolongée, la pression exercée par le poids du corps peut provoquer l'apparition de plaies à certains endroits. C'est désagréable et, en temps normal, vous allez spontanément changer de position. Mais les personnes qui ne sont pas en mesure de le faire, par exemple après une lourde opération ou parce qu'elles sont paralysées, sont plus exposées au risque d'escarres.

Des escarres peuvent aussi se former lorsque le patient souffre de dénutrition (liée au fait de se sous-alimenter, de consommer une alimentation trop peu variée, de boire trop peu) ou d'une faiblesse immunitaire.

## À QUEL ENDROIT LES ESCARRES SE FORMENT-ELLES?

Les escarres apparaissent aux points d'appui du corps (points de pression). Chez les patients couchés sur le dos, les escarres se forment généralement au niveau du coccyx (région sacrée) et des talons.

Les schémas montrent les points à risques dans différentes positions. (Source: [www.ms-centrum.be](http://www.ms-centrum.be))



# COMMENT RÉDUIRE LE RISQUE D'ESCARRES?

## Que peuvent faire les soignants?

- Identifier les patients à risques.
- Aider le patient à changer régulièrement de position (assurer une «mobilisation alternée» selon les recommandations). De cette manière, le corps reposera sur des points d'appui différents.
- Contrôler la peau du patient pour localiser les lésions lorsque vous aidez le patient à changer de position.
- Éviter que la peau du patient ne s'irrite au contact de l'urine, des selles, de crèmes et lotions, d'objets placés dans le lit (cathéter...), etc.
- Bien surveiller l'alimentation du patient et demander à temps l'intervention du diététicien.

## Que peuvent faire le patient et sa famille?

Les escarres n'apparaissent pas qu'à l'hôpital. Le risque est présent aussi chez soi, en maison de repos et de soins ou en centre de revalidation. Vous pouvez nous aider à réduire le risque d'escarres. Quelques conseils.

- Évitez de glisser ou de vous affaisser au fond de votre lit ou de votre fauteuil.
- Si vous ne parvenez pas à changer de position par vous-même, tâchez que quelqu'un puisse vous aider à le faire au moins toutes les 2 heures.

- Une peau saine se soigne. Gardez une peau saine: n'utilisez pas toutes sortes de crèmes ou d'onguents, évitez tout frottement entre votre peau et, par exemple, des objets disposés dans le lit ou des accessoires comme des attelles.
- Contrôlez régulièrement l'état de la peau. En cas de rougeur, redoublez d'attention. Si vous avez une plaie, aussi petite soit-elle, prenez directement contact avec votre médecin (généraliste) ou avec l'infirmière (à domicile).

## QUE FAIRE SI UNE ESCARRE APPARAÎT MALGRÉ TOUT ?

Il peut arriver qu'une escarre se forme malgré toutes les précautions. Pendant votre séjour à l'hôpital, les infirmières soigneront la plaie. Les soins prodigués dépendront de la nature et de la gravité de la lésion. Les infirmières en discuteront avec votre médecin hospitalier.

Notre hôpital dispose d'un groupe d'infirmières spécialisées dans les soins de plaie(s). Ce groupe de travail émet aussi un avis sur les soins à dispenser en cas d'escarres.

## QUE FAIRE À VOTRE SORTIE DE L'HÔPITAL?

Il se peut qu'une escarre ne soit pas encore entièrement guérie à votre sortie de l'hôpital. Les infirmières feront alors le nécessaire pour que la plaie puisse continuer à être soignée en dehors de l'hôpital.

### **Vous pouvez rentrer chez vous**

Les infirmières préviennent notre service d'accompagnement des patients. Ces collaborateurs vous donneront toutes les informations sur les diverses possibilités de soins à domicile. Le médecin qui vous suit à l'hôpital transmettra les informations nécessaires à votre médecin traitant.

### **Vous allez en maison de repos et de soins**

Les infirmières transmettront toutes les informations aux soignants du centre où vous séjournerez après votre passage à l'hôpital. Le médecin qui vous suit à l'hôpital transmettra les informations nécessaires à votre médecin traitant.

**Les escarres ne sont pas une fatalité.  
Ensemble, nous pouvons limiter le risque.**

#### **Encore des questions?**

N'hésitez pas à vous adresser au personnel infirmier.

## Regionaal Ziekenhuis Heilig Hart Tienen

### campus mariëndal

t 016 80 90 11 (numéro général)

t 016 80 99 19 (service des Urgences)

### campus st.-jan

t 016 80 90 11

### medisch centrum tienens

t 016 80 95 82

### medisch centrum aarschot

t 016 55 17 11

[www.rztienen.be](http://www.rztienen.be)

**iedereen**

Vriendelijk Inlevend Professioneel  
met zin voor Initiatief



10011-FR/sept 2017