

Petits conseils pour les soins des plaies

(Deuxième partie)

Les plaies régulièrement rencontrées et conseils de prévention

Nous retiendrons 3 types de plaies fréquemment rencontrées au niveau des membres inférieurs.

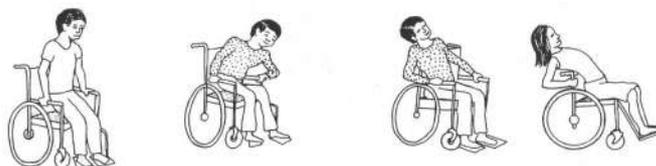
Les plaies de compression

Ce sont les **escarres**. Ils surviennent suite à une compression de la peau sur un plan osseux. Cet écrasement entraîne un arrêt de la circulation sanguine et donc un manque d'oxygène et d'éléments nutritifs pour la peau. Le tissu de la peau est condamné à se nécroser.

Il faut dès lors enlever le tissu mort pour éviter tout risque de surinfection potentielle par des germes non désirés et malicieux car une invasion généralisée dans le corps peut mener à la septicémie. De même qu'une infection de l'os peut compliquer la situation.

Vu l'absence totale ou partielle de sensibilité proprioceptive au niveau de la partie inférieure du corps, les plaies de compression peuvent s'installer insidieusement. Celles-ci peuvent survenir lors d'une station assise dans une chaise roulante sans coussin « anti-escarres » ou au cours d'un alitement court ou prolongé.

Il est ainsi recommandé de régulièrement se soulever pour alléger la compression du siège à chaque heure de la journée et de veiller la nuit à avoir un matelas prenant soin du dos et du siège. Il est aussi très important de bien hydrater la peau.



Les ulcérations de la peau suite à une compression

Ce sont, par exemple, les frottements dans les chaussures.

Le ralenti tonique des membres inférieurs fragilise les pieds et les jambes. Il est conseillé de ne pas trop cadencasser les pieds dans les chaussures, de vérifier pieds et doigts de pieds pour éviter les désagréments cutanés, et de bien les sécher après le bain, la douche ou la piscine.

Les traumatismes de la peau

Il s'agit de fractures sur coup ou chute et de l'altération de la peau suite aux manipulations et transferts. Il faut faire très attention à ses jambes. Tout gonflement, ecchymose ou rougeur ne sont pas à négliger au niveau de l'observation et des soins à apporter, si nécessaire.

**Prendre soins de ses membres inférieurs est aussi important que de prendre soin de ses yeux.
S'ils ne vous portent pas, ils vous accompagnent.**

Bernard Domange

Cet article fait suite à celui paru dans le numéro 20 du mois de novembre 2015