

Assurer l'hygiène et la sécurité de l'habitation et de la personne



Réalisation par la Région Émilie-Romagne

Direction Générale de la Santé et des Politiques Sociales - Service Planification et Développement des Services Sociaux et Socio-sanitaires - Secteur Personnes Âgées et Handicapés dans le cadre des initiatives du projet intégré pour soutenir l'émergence et la qualification du travail des aidants familiaux de personnes âgées et d'handicapés

Les textes des brochures ont été élaborés avec la collaboration de :

Federica Aleotti Psychologue - Unité sanitaire locale (AUSL) de Reggio Emilia

Maria Grazia Battistini Assistante Sociale - Mairie de Cesena (FC)

Silvia Bellettini Responsable des Services d'assistance - Services d'assistance aux personnes âgées (SAA) de Modena

Susanna Beltrami Responsable des Services d'assistance - Services d'assistance aux personnes âgées (SAA) de Modena

Andrea Fabbo Gériatre - Unité sanitaire locale (AUSL) de Modena District de Mirandola (MO)

Agnese Fabbri Infirmière - U.O. Gériatrie - Service malades en long séjour et réhabilitation thérapeutique - Hôpital S.Orsola-Malpighi de Bologne

Diana Gavioli Assistante sanitaire - Unité sanitaire locale (AUSL) de Modena District de Mirandola (MO)

Saadia Lafhimi Médiatrice linguistique-culturelle - Commission pour l'égalité des chances « Mosaico » Zona Bazzanese (BO)

Letizia Lambertini Coordinatrice de la Commission pour l'égalité des chances « Mosaico » Zona Bazzanese (BO)

Eliana Lombardi Thérapeute de la rééducation - U.O. Gériatrie - Service malades en long séjour et réhabilitation thérapeutique - Hôpital S.Orsola-Malpighi de Bologne

Mohammed Louhui Président AMIL - Association de médiateurs linguistiques-culturels de Bologne

Marinella Richeldi Coordinatrice responsable du Service social de Modena

Eros Rilievo Responsable zone sociale - Modena-Formation (MO)

Sara Saltarelli Assistante sociale - Coopérative sociale « Dolce » de Bologne

Chiara Scarlini Assistante sociale - Mairie de Mirandola (MO)

Roberta Sordelli Infirmière-chef U.O. de Chirurgie - Hôpital de Bazzano (BO)

Référent de projet:

Simonetta Puglioli Secteur Personnes Âgées et Handicapés Région Émilie-Romagne

Traductions, illustrations et impression:

Tracce s.r.l.

L'opuscule, traduit en russe-polonais-anglais-arabe-roumain-français-espagnol-albanais et en italien peut être téléchargé du site Internet:

<http://www.emiliaromagnasociale.it/> - section personnes âgées (anziani).

Assurer l'hygiène et la sécurité de l'habitation et de la personne

Hygiène de la chambre à coucher et de la salle de bain

Ranger en respectant les habitudes et les exigences de l'utilisateur

Toute personne a un vécu, des **habitudes** (abitudini) qui, au cours des années, sont devenues, souvent, de vrais rites ; la façon de laver la vaisselle en respectant un certain ordre, la façon de ranger le linge propre dans les tiroirs et ainsi de suite. Quand la personne âgée n'est pas obligée de rester au lit (**alitée** – allettata), il ne faut pas introduire de changements subits pour ne pas donner lieu à des contrastes. Essayer de maintenir l'**orientation** (orientamento) espace temporel de la personne même. Si l'on juge nécessaire de modifier les habitudes désormais acquises, le faire en demandant la collaboration de la personne assistée.

Utilisation de gants et de blouses

Quand on doit assister la personne, il vaut mieux porter des **gants** (guanti) afin de protéger les mains. Ceux-ci nous protègent mais ils protègent aussi la personne assistée. La peau est en effet un grand véhicule de transmission des germes qui, pour les personnes âgées, peuvent facilement devenir une cause de maladies (microbes pathogènes). L'utilisation de la blouse de protection est conseillée à chaque fois que l'on peut être en contact avec des liquides biologiques **infectés** (infetti) même dans les autres parties du corps : par exemple lorsqu'on fait prendre un bain dans la baignoire à la personne assistée ou lorsqu'on la douche.

Aération des pièces quand la personne n'est pas présente ou est bien protégée des courants d'air

La lumière et l'aération des pièces est un mode important d'éloignement des micro-organismes de l'environnement domestique. L'humidité, la poussière et la saleté favorisent en effet le développement des **bactéries** (batteri). L'aération fréquente des pièces permet de diminuer l'humidité dans la maison ; la lumière solaire permet de mieux voir les éventuelles zones sales de la pièce non visibles avec la lumière artificielle.



Il faut cependant faire attention lorsqu'on ouvre les fenêtres de ne pas laisser la personne assistée exposée au **courant d'air** (corrente) surtout après avoir pris un bain ou une douche ou si elle est en sueur et faire attention aussi que des **insectes** (insetti) nocifs ou même des animaux n'entrent pas dans la pièce : moustiques, taons, chats...

Pollution domestique : principales sources, conséquences sur la santé

Les habitations actuelles sont dotées de toutes les commodités qui peuvent cependant être sources d'accidents pour les personnes. Nous avons déjà parlé de l'importance de l'aération des pièces. Mais il faut faire très attention aux substances qui se trouvent dans les maisons. Par exemple les détergents doivent être mis dans un endroit qui n'est pas facilement accessible pour ne pas être confondus avec des boissons ou des aliments. Les médicaments aussi peuvent être dangereux s'ils sont pris par erreur, à des doses et des horaires différents de ceux prescrits. Pour cette raison, il faut toujours surveiller les quantités de substances présentes dans les boîtes, mais surtout faire en sorte que les substances non alimentaires ne soient pas accessibles.

Prévention du risque (rischio) électrique

L'installation électrique des habitations peut devenir dangereux et même mortel s'il n'est pas utilisé d'une manière adéquate. Ne jamais aller avec des liquides, spécialement de l'eau, près des appareils électroménagers ou des prises de courant. Ne pas surcharger l'installation en utilisant simultanément plusieurs électroménagers comme par exemple l'aspirateur + le lave-linge, car dans ce cas l'installation électrique peut se bloquer et l'électricité ne reviendra que lorsqu'on aura reconnecté l'**interrupteur** (interruttore) approprié.

Prévention du risque gaz

Le gaz est une autre source d'énergie qui peut provoquer des accidents mortels. Il est très important de surveiller que les manettes de fours et fourneaux soient fermées lorsque le gaz n'est pas allumé. La nuit, fermer le robinet central qui porte le gaz dans la cuisine. Ne jamais allumer les interrupteurs de courant électrique lorsque, dans la maison, on sent l'odeur de



gaz mais ouvrir immédiatement les fenêtres et éloigner les personnes présentes. Si, près des habitations, on sent l'odeur de gaz, en informer la Compagnie qui fournit le gaz.

Prévention des chutes (cadute) : conseils pratiques

Éviter la **cire** (cera) ou les détergents désinfectants qui laissent le carrelage lisse. Faire attention que la personne âgée ne marche pas sur les carrelages encore humides.

- Pour empêcher le glissement des tapis dans la cuisine et la salle de bain, enfiler entre le sol et le tapis l'**antidérapant pour tapis** (antiscivolo). Si la personne âgée voit peu mais est encore en mesure de se déplacer à l'intérieur de la maison de façon autonome, supprimer ces tapis.

- Au lieu de mettre des pantoufles, il vaut mieux que la personne âgée portent des chaussures qui maintiennent bien son pied, même à la maison.
- Si la personne âgée marche difficilement ou a des **problèmes d'équilibre** (problemi di equilibrio), s'adresser au médecin pour évaluer l'utilisation d'**équipements** (ausili) appropriés : canne, canne tripode, déambulateur, etc. ; l'utilisation de sièges pour s'appuyer pendant la marche augmente le risque de chutes.

Assurer l'hygiène et la sécurité de la personne

Hygiène quotidienne de la personne

- Matin : se laver avant le petit déjeuner permet à l'organisme de « se réveiller » et respecte la dignité de la personne. Même si la personne est alitée, lui faire sa toilette avant le petit déjeuner.
- Soir : faire aussi la toilette avant de se coucher prépare le physique à un bon repos.

Hygiène de la peau (visage - corps - cheveux)

et des muqueuses (bouche, narines, vagin, etc.)

- Il faut maintenir propre le corps de la personne, en éliminant les éventuelles odeurs désagréables ;
- Prévenir les **escarres**¹ (lesioni da decubito) et les **infections** (infezioni) en observant à chaque fois que l'on effectue les soins hygiéniques la peau et ses altérations éventuelles. Une bonne hygiène et une bonne hydratation maintiennent la peau propre et élastique et diminuent les risques de lésions cutanées. Si, malgré tout, la peau de la personne présente des plaques, des **vésicules** (vescicole), des **rougeurs** (vescicole) ou prend une couleur jamais vue auparavant, en informer le médecin de famille avant d'appliquer un produit.
- Bien-être et effet tonique sur l'organisme/la psyché. La personne âgée est toujours un être humain ; par

¹ Les escarres de décubitus sont une ulcération de la peau provoquée, chez les personnes qui doivent rester alitées, par une pression prolongée au même endroit (ex. sacrum, fesses, talons). La lésion, simplement rouge au début, peut devenir un véritable ulcère (blessure profonde difficilement cicatrisable)

conséquent quand elle perd l'initiative ou la capacité d'effectuer seule ses soins personnels, elle doit être stimulée et aidée à s'arranger et à se sentir propre comme nous, en respectant toujours ses habitudes personnelles : par exemple un type de savon, de crème pour le visage ou un déodorant.

Bain/douche

Fréquence 2 fois par semaine ou selon les désirs de la personne âgée. Le choix entre le bain ou la douche dépend de la disponibilité de la pièce et des conditions d'autonomie de la personne âgée. Pour les personnes qui ne voient pas bien mais sont autonomes ou ont partiellement quelques problèmes de **déambulation** (deambulazione), il faudra une aide pour entrer dans la baignoire ou dans la douche afin d'éviter des chutes et même pour se laver des parties du corps qui sont difficilement accessibles comme le dos, les pieds, la tête. Pour faire la toilette, commencer par les parties les plus propres : la tête, le visage, les membres supérieurs, le corps (la poitrine et le dos), les **organes génitaux** (parti intime), pour finir par les membres inférieurs. Si la personne n'a pas de préférences, il est conseillé d'utiliser un savon liquide neutre. Puis la personne doit bien s'essuyer en faisant très attention aux zones où deux parties du corps sont en contact : **les aisselles** (cavo ascellare), plis abdominaux, **aines** (inguine), intérieur de la cuisse, entre les doigts des pieds. On peut également passer le sèche-cheveux sur le corps et sur les cheveux, à une température tiède. À la fin du séchage, il faut vêtir la personne âgée avec de la lingerie et des habits propres. Pour maintenir la peau intacte et prévenir des lésions cutanées, avant de l'habiller, appliquer sur le corps de la crème hydratante ou de l'huile d'amande douce. Maintenant bien essuyer par terre dans la salle de bain et aérer la pièce pour éviter de maintenir des zones d'humidité et de glisser. On peut aussi faire prendre un bain ou une douche à des personnes totalement dépendantes en utilisant un **lève-personnes** (sollewapersone) doté de sangles qu'il faudra ensuite laver et essuyer. Les aides à domicile vous apprennent à vous servir de cette protection. Il est très important de rappeler que, pendant les soins d'hygiène mais surtout pendant la douche ou le bain, on entre en rapport avec l'intimité de la personne ; les personnes âgées ont presque toutes un grand sens de la

pudeur (pudore) ; par conséquent il ne faut pas plaisanter ou être trop désinvoltes pendant qu'on les aide. Le respect du corps est aussi le respect de la personne.

- La personne qui aide pour le bain ou la douche doit toujours mettre des gants à jeter et une blouse imperméable pour éviter d'être en contact avec des liquides biologiques. L'utilisation de l'éponge ou du gant de crin est utile pour un lavage plus énergique mais non agressif et pour donner une agréable sensation de **massage** (massaggio) qui est appréciée par beaucoup de personnes âgées. Lorsque la toilette est terminée, bien rincer l'éponge et la faire sécher immédiatement pour ne pas qu'elle devienne un nid et donc un véhicule de **champignons** (funghi) et de bactéries pour l'assistante et l'assistée.
- Placer au fond de la douche ou de la baignoire un tapis antidérapant car la présence simultanée de l'eau et du savon augmente le risque de chutes. Ces tapis aussi doivent être lavés et séchés comme les éponges.

Hygiène du corps de la personne alitée

Malgré les moyens disponibles, certaines personnes ne peuvent absolument pas atteindre la baignoire ou la douche ou être levées de leur fauteuil ou de leur fauteuil roulant. Dans ces cas, il faut faire la toilette au lit et donc le bain aussi. Pour ces personnes la fréquence du bain est encore plus importante et nécessaire parce que le **frottement** (sfregamento) de la peau contre les draps, la présence de résidus de peau, la sueur et le frottement des parties du corps entre elles augmente le risque d'escarres. Pour réaliser une toilette complète au lit, le matelas doit être isolé par une **toile cirée** (tela cerata) qui empêche de le mouiller. Pour cette toilette, se reporter à ce que nous avons déjà dit mais il faut utiliser un broc d'eau. Changer souvent cette eau pour éviter que des résidus de savon restent sur le corps. Même dans ce cas il faut faire très attention de bien essuyer la peau et de l'hydrater avec des crèmes ou de l'huile d'amande douce.

Hygiène intime

Se laver au moins 2 fois par jour et, de toute façon, à chaque fois qu'à cause d'**évacuations** (evacuazioni) ou de pertes de matériel biologique, cela est nécessaire. La personne

autonome ou partiellement dépendante doit être stimulée et surveillée dans l'exécution de ses mouvements. La personne alitée ou en fauteuil roulant, doit être remplacée pour son hygiène intime et pour chaque partie de son corps. Pour la toilette intime au lit il faut : les gants à jeter après usage, le **bassin** (padella), un broc, le détergent, une serviette de toilette. Après avoir enfilé les gants à jeter, positionner le bassin, verser un peu d'eau et savonner avec le détergent en partant du devant vers le derrière. Ensuite bien rincer pour ne pas laisser de résidus de savon. À la fin essuyer avec une serviette de toilette en tamponnant pour éviter des rougeurs ou des lésions. Avant de remettre la couche, il est important de bien **hydrater** (idratare) la peau avec de la crème ou de l'huile. Pour l'hygiène intime d'une femme, il faut ouvrir les **grandes lèvres** (grandi labbra) et laver du haut vers le bas. Pour un homme au contraire il est indispensable de rabattre le **prépuce** (prepuzio) sur le gland et nettoyer puis remettre le prépuce sur le gland pour éviter des rougeurs et des gonflements.

Soins de la bouche

Ils doivent être effectués 2 fois par jour, matin et soir, et à chaque fois que l'on constate des altérations de la **muqueuse de la bouche** (mucosa orale) ou qu'il reste des déchets alimentaires.

- Matériel nécessaire pour les soins de bouche : gants, brosse à dents et collutoire.
- Entretien du **dentier** (dentiera) : si la personne a un dentier total ou partiel, l'enlever pour le nettoyer très soigneusement avec la brosse à dents ; le soir placer le dentier dans sa boîte et le matin avant de le remettre dans la bouche bien le rincer. Procédure : Enfiler les gants à jeter après usage et faire attention que la personne assistée soit calme, avec l'index ou le majeur, entrer dans la bouche jusqu'au palais et en même temps avec le pouce faire prise sur la partie avant des dents supérieurs puis extraire la partie supérieure du dentier. La partie inférieure doit être enlevée en prenant les dents entre le pouce et l'index, toujours dans la partie externe.
- Rincer la bouche avec du **collutoire** (collutorio) ; si la personne court le risque d'avalier ou d'inhalier, nettoyer la bouche avec des **gazes** (garze) trempées dans du



collutoire. La gaze doit être enroulée autour de l'index et, après l'avoir trempée, la passer sur le palais, sur et sous la langue, à l'intérieur des joues, en la changeant à chaque passage tant qu'elle ne ressort pas propre.

Hygiène oculaire

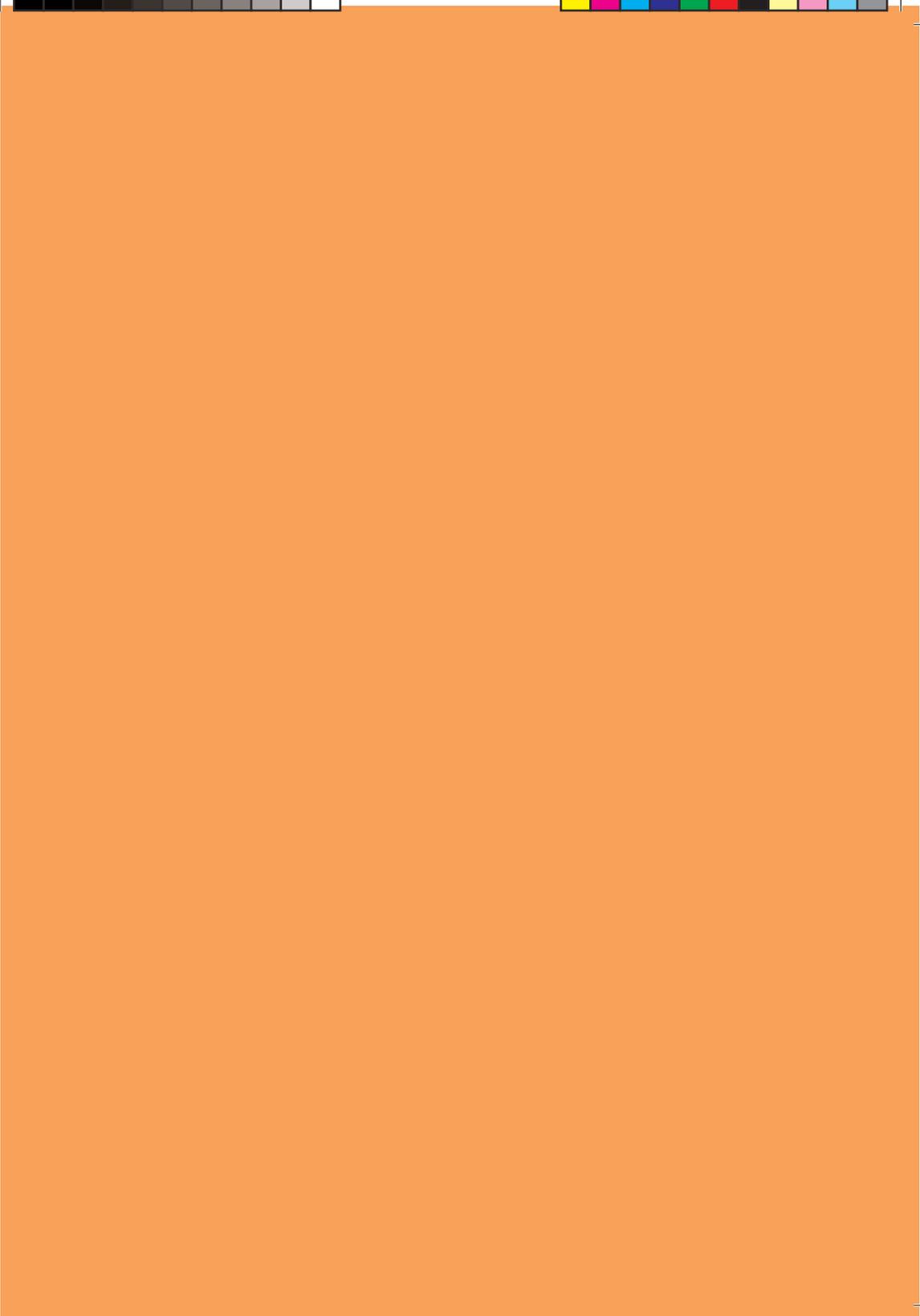
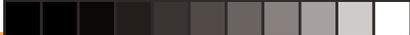
Les yeux aussi doivent être régulièrement nettoyés tous les matins et à chaque fois qu'il y a des **sécrétions** (secrezioni).

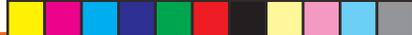
- Sont nécessaires : gants à jeter, eau, éventuellement eau borique, gazes ou tissus de coton propres. Ne jamais utiliser le même morceau de tissu pour les deux yeux. Si l'on remarque une augmentation des sécrétions, des rougeurs ou des modifications par rapport à la normale, en informer le médecin avant de prendre toute initiative.

Hygiène des tissus

Tous les tissus, serviettes de toilette, draps qui sont en contact avec la personne assistée doivent être lavés fréquemment et à chaque fois qu'ils sont salis par des liquides biologiques (sang, selles, urine...). Le linge propre doit être rangé dans les armoires ou les tiroirs et tenu séparé des autres vêtements. Le linge de lit doit être séparé des serviettes de toilette, les culottes ou slips séparés des tricotés de corps et ainsi de suite. Le broc, l'urinal (vase à col incliné dans lequel un homme peut uriner allongé), le bassin et les cuvettes, doivent être lavés après emploi avec de l'**eau de javel** (varechina), plus ou moins diluée selon les concentrations. Si ces récipients présentent des incrustations, enlever celles-ci avant de les laver. Quand on change la couche ou l'alaise ou si l'on refait le lit, il faut faire très attention de ne pas laisser de plis en contact avec la personne. Une bonne hygiène du corps, une hydratation soignée, le lit bien fait, tout cela réduit considérablement les escarres de décubitus. Toujours se laver les mains avant et après l'utilisation des gants à jeter après usage !

L'hygiène et les soins, même esthétiques, de la personne sont un besoin fondamental qui revalorise le sens de l'**estime de soi** (autostima) et favorise une sensation de bien-être.





 Regione Emilia-Romagna
ASSESSORATO ALLE POLITICHE SOCIALI
www.emiliaromagnasociale.it