
Conseils

Comment gérer les soins de base

Fiche réalisée par Anne-Lise Rapin, étudiante en ergothérapie dans le cadre de son travail de fin d'études.

Avant la mise en place des actions, n'hésitez pas à faire faire un bilan de santé très précis (vue, audition, ouïe) afin d'éviter les complications, surtout au début de la maladie, quand votre proche est encore coopératif.

Il se dirige souvent trop tard vers les toilettes.

Essayez de l'emmener régulièrement aux toilettes (toutes les 2 heures) et amorcez son envie (l'aider à se dévêtir, le stimuler verbalement...).

Mettez bien en évidence le lieu, local allumé, porte ouverte, pictogrammes (images et noms).

Il ne sait plus à quoi sert une brosse à dent, un peigne...

Les ustensiles, même banals, pourront paraître inconnus pour votre proche dans l'avancement de la maladie. Vous pouvez alors mettre seulement les objets essentiels à portée de main ou les donner au dernier moment mais aussi vous pouvez l'aider en faisant la même chose de votre côté.



Il risque de chuter à chaque pas.

Vous pouvez :

Fixer les tapis avec des bandes collantes et utilisez un tapis antidérapant dans la douche ou la baignoire, de la même couleur.

Faire installer dans la douche, un siège qui se fixe au mur pour plus de stabilité, des barres d'appuis à fixer..., cela préservera votre santé et diminuera les risques de chute pour votre proche.

Il ne veut plus se laver.

Favoriser la routine (même heure et même ordre d'action).

Préparer tout à l'avance et l'emmener au dernier moment, tout en prenant votre temps et tout en le laissant au maximum autonome.

Ne le forcez pas, si aujourd'hui il n'a pas envie, demain est un autre jour.

Si cela devenait trop fastidieux pour vous, vous pouvez envisager l'aide d'une infirmière à domicile.

Il ne sait plus s'habiller seul.

Afin de laisser le maximum d'autonomie à votre proche :

Vous pouvez lui laisser le choix entre 2 chemises, 2 vestes... et ensuite disposer les vêtements de la journée sur une chaise, bien en évidence.

Vous pouvez mettre des pictogrammes sur les placards afin de dénommer ce qui s'y trouve.

Essayez de mettre à portée de main les vêtements de saison, rangez les autres dans un placard inaccessible ou fermé à clé.

Si vous, aidants ou professionnels, avez trouvé des trucs ou des solutions par rapport aux situations envisagées, n'hésitez pas à nous les communiquer. Vous pourrez ainsi les faire partager à d'autres membres via l'Info.