



L'essentiel sur

La toilette

Pour commencer :

- ▶ Entrer en relation, dire pourquoi vous êtes là. S'adapter à la personne.
- ▶ Questionner les habitudes de la personne pour la toilette. Proposer le type de toilette en fonction.
- ▶ Même s'il y a des habitudes, le type de toilette peut être réévalué en fonction de l'évolution de la personne, sa forme du jour ou son envie du jour.
- ▶ Proposer de choisir les vêtements
- ▶ Questionner son besoin en aide, s'adapter à ses besoins et la laisser faire ce qu'elle peut ou la stimuler à faire.

La toilette au lavabo :

- ▶ Toilette supervisée, aidée ou complète.
- ▶ Veiller à la sécurité de la personne et vous aussi. Si l'espace est insuffisant, proposer une baignoire sur une table.
- ▶ Attention à la pudeur/ température de la pièce et de l'eau.
- ▶ Être vigilante à la réaction face au miroir, ne pas imposer le miroir.
- ▶ Ne pas commencer par le visage obligatoirement.
- ▶ Expliquer ce que vous allez faire, les gestes effectués.
- ▶ Chercher son regard.
- ▶ Ne pas oublier les dents, le rasage, le coiffage, les soins esthétiques.
- ▶ Pour faciliter l'acceptation, une toilette complète n'est pas systématiquement nécessaire.

Matériel possible : chaise à accoudoirs, bac à shampoing, douchette.



La douche :

- ▶ Dans la baignoire ou la douche / debout ou assis.
- ▶ Supervisée, guidée ou aidée.
- ▶ Fréquence selon les habitudes de la personne.
- ▶ Rassurer par rapport au risque de chute.
- ▶ Température de la pièce, de l'eau. Attention à la puissance du jet qui est parfois source d'angoisse, parfois besoin de mettre un gant sur le pommeau.
- ▶ Aménagements et aides techniques possibles : tapis antidérapant, barres d'appui, brosses à long manche.
- ▶ Pour la douche : strapontin/siège de douche sur roues ou non.
- ▶ Pour la baignoire : planche de bain ou siège pivotant.



La toilette au lit :

- ▶ Préparer tout votre matériel et l'avoir à portée de main.
- ▶ S'assurer d'avoir un lit médicalisé pour ne pas vous mettre en difficulté. Se servir des fonctions électriques : mettre à votre hauteur.
 - Bien allongé pour le dos, la toilette intime, les rotations.
 - Redresser le buste pour la toilette du haut.
- ▶ Possibilité de faire le bas au lit, le haut au lavabo, ou proposer la cuvette au lit...
- ▶ Proposer un miroir pour ceux qui le veulent.
- ▶ Faire participer les personnes autant que possible : se tourner, prendre le gant, s'essuyer, ...
- ▶ Matériel : barre de redressement au lit, bac à shampoing, adaptable, draps de glisse.



Quelle que soit la méthode

- ▶ La toilette est un moment d'écoute et de regard.
- ▶ Être vigilant aux problèmes de peau. Une rougeur peut se transformer en escarre en quelques heures. Le signaler tout de suite à l'infirmière ou au médecin.
- ▶ Ecoute et observation de l'état de santé : douleur, essoufflement, perte de mobilité.
- ▶ Pensez à communiquer les éléments importants à vos collègues pour adapter vos façons de faire et vos observations sur l'évolution de la santé.
- ▶ Moment de bien-être, stimule l'estime de soi, possibilité de faire un massage. Un moment d'échange.