

[SOMMAIRE]

1 - TECHNIQUES PROFESSIONNELLES

SÉQUENCE • 1

■ Techniques d'hygiène en milieu sanitaire ■

Séance 1.1 : Le lavage des mains	7
Séance 1.2 : La tenue professionnelle	11
Séance 1.3 : L'entretien de la chambre et de ses accessoires	12

SÉQUENCE • 2

■ Ergonomie ■

Séance 2.1 : Anatomie et physiologie de l'appareil locomoteur	15
Séance 2.2 : Gestes et postures adaptés du personnel soignant	18
Séance 2.3 : Techniques de manutention de l'usager	21

SÉQUENCE • 3

■ Techniques d'aide aux activités motrices ■

Séance 3.1 : Aide au lever, au coucher, au confort	24
Séance 3.2 : Aide à la marche	27
Séance 3.3 : Aide à se mouvoir dans un lit .	29

SÉQUENCE • 4

■ Techniques de soins d'hygiène corporelle et de confort ■

Séance 4.1 : Installation d'un patient ou usager dans un lit	32
Séance 4.2 : Prévention des risques d'alitement prolongé et d'immobilisation	36
Séance 4.3 : La réfection d'un lit non occupé	40
Séance 4.4 : La réfection d'un lit occupé	44
Séance 4.5 : Installation d'une personne au fauteuil	47
Séance 4.6 : Toilette du visage et soins annexes au lit	50
Séance 4.7 : Hygiène bucco-dentaire	57
Séance 4.8 : Toilette du corps d'une personne partiellement autonome	62
Séance 4.9 : Shampoing ou capiluve	69
Séance 4.10 : Pédiluve au fauteuil	73
Séance 4.11 : Maquillage de l'usager	77
Séance 4.12 : Habillage de l'adulte	79

2 - TECHNOLOGIE ASSOCIÉE

SÉQUENCE • 1

■ Équipements spécifiques aux espaces sanitaires ■

Séance 1.1 : La chambre et ses accessoires ...	83
Séance 1.2 : Le lit du patient et les matelas ...	85

SÉQUENCE • 2

■ Produits et matériels de décontamination et de désinfection ■

Séance 2.1 : Les produits de décontamination et de désinfection	88
---	----

SÉQUENCE • 3

■ Matériel d'aide aux déplacements et aux transferts ■

Séance 3.1 : Aides techniques aux déplacements debout : cannes et déambulateurs	95
Séance 3.2 : Fauteuil roulant	97
Séance 3.3 : Lève-personne mobile	99

SÉQUENCE • 4

■ Matériel d'aide au confort ■

Séance 4.1 : Aides techniques au confort .	101
--	-----

3 - TECHNIQUES D'ANIMATION

SÉQUENCE

■ Techniques d'animation, de développement et de maintien de l'autonomie ■

Séance 1.1 : Projet d'animation	107
Séance 1.2 : Décoration de la salle à manger	109
Séance 1.3 : Animer un atelier cuisine : truffes au chocolat	113
Séance 1.4 : Fabrication d'éléments : la réalisation de boîtes d'emballage pour les truffes au chocolat	116
Séance 1.5 : Animer un atelier d'activités manuelles autour des photos familiales	119

Objectif

Mettre en relation la physiologie de l'appareil locomoteur et les risques encourus en cas de gestes inadaptes.

1 • Anatomie de la colonne vertébrale



DOCUMENT - 1

La colonne vertébrale et ses vertèbres

La colonne vertébrale ou rachis avec ses 32 à 34 vertèbres a une triple fonction : soutenir la partie supérieure du corps, assurer la mobilité du tronc et de la tête, protéger la moelle épinière. Chaque vertèbre se compose d'une partie massive : le corps vertébral en arrière duquel se trouve un arc osseux qui délimite un orifice circulaire. L'empilement des vertèbres articulées entre elles, donc également de l'orifice circulaire, forme le canal rachidien où est logée la moelle épinière. La moelle épinière est constituée d'un faisceau de fibres nerveuses connectées entre elles et dont les ramifications vont innerver les différentes parties du corps.

À l'aide du document 1 ci-dessus et de vos connaissances en biologie :

1.1 • Indiquer la fonction de l'appareil locomoteur.

.....

.....

.....

1.2 • Légender la colonne vertébrale avec les termes suivants : dorsales, coccygiennes, sacrées, cervicales, lombaires.

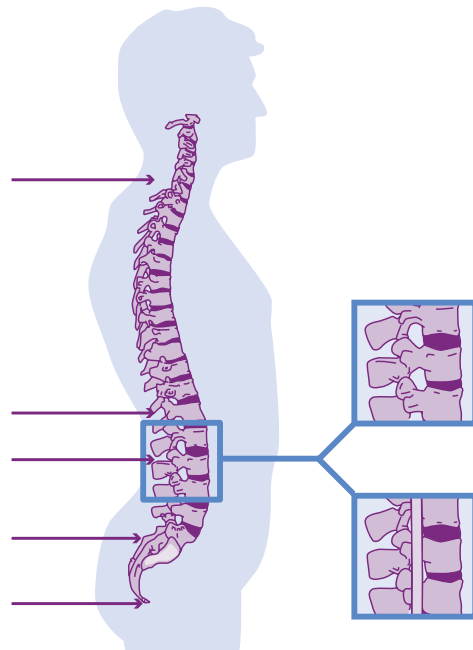
Vertèbres : 7

Vertèbres : 12

Vertèbres : 5

Vertèbres : 5

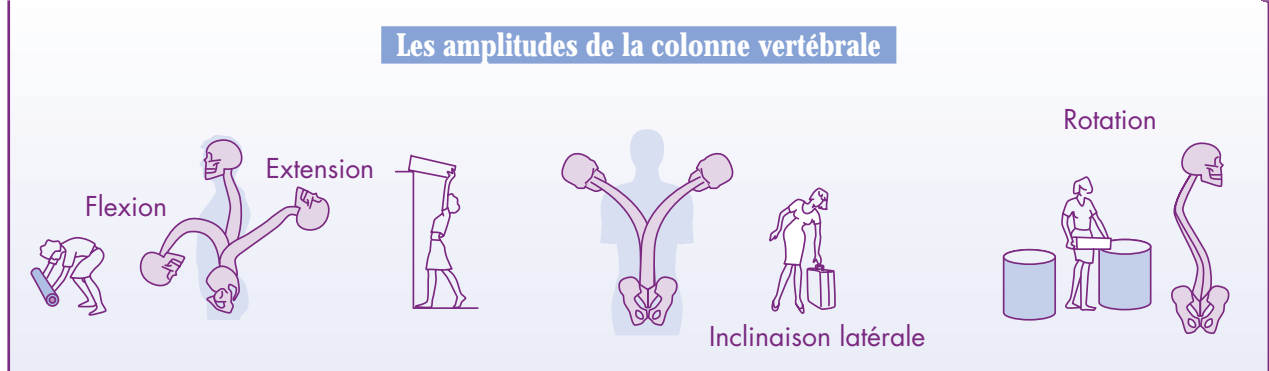
Vertèbres : 3 à 5



2 • Les amplitudes de la colonne vertébrale



DOCUMENT - 2



À l'aide du document 2 ci-dessus :

2.1 • Déduire la fonction de la colonne vertébrale.

.....

.....

.....

3 • Les troubles ou affections de la colonne vertébrale

À partir de vos connaissances et du dictionnaire médical :

3.1 • Déduire les définitions des affections suivantes.

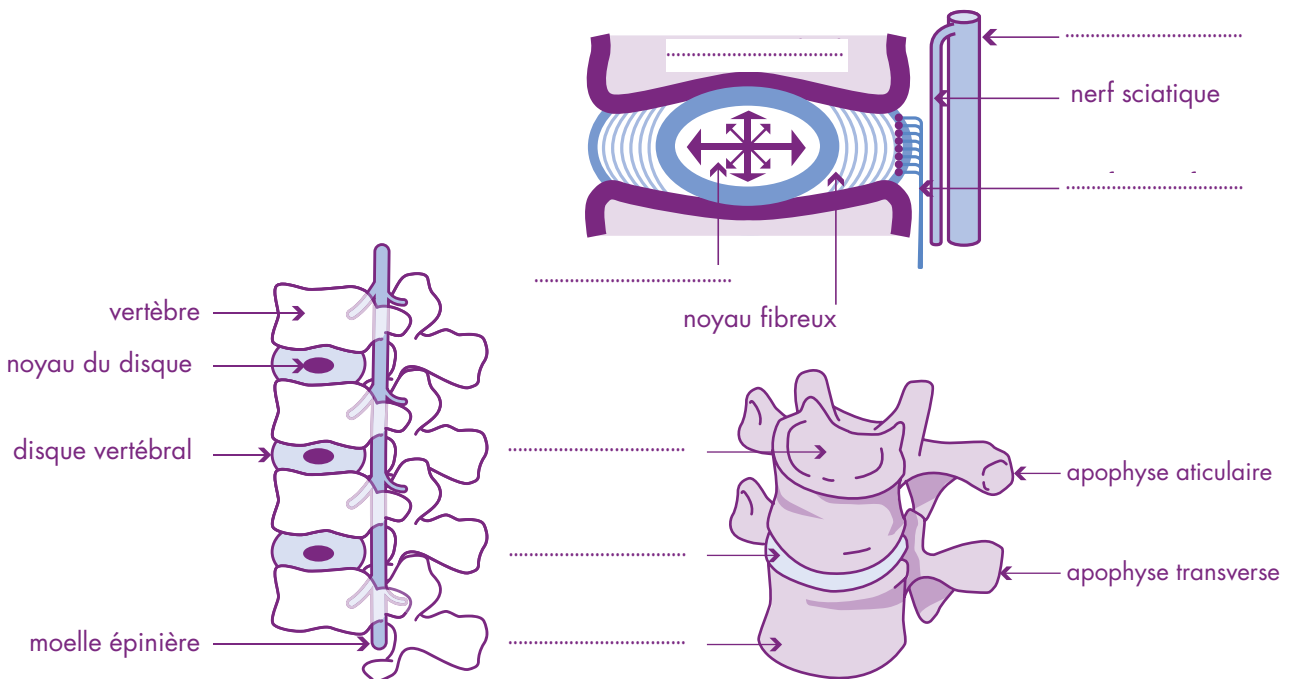
Cervicalgies :

Dorsalgies :

Lombalgies :

4 • Le disque intervertébral

4.1 • Légenter le disque intervertébral avec les éléments suivants : noyau gélatineux, vertèbre, nerf sensitif, moelle épinière, corps vertébral, plateau vertébral, disque intervertébral.



Objectif

Énoncer les gestes et postures adaptés afin de lutter contre les risques de lombalgies liés à l'activité physique.

Que vous soyez aide-soignante ou aide à domicile, le mal de dos peut vous toucher comme 7 Français sur 10. Souvent, le facteur déclenchant du mal de dos est facilement identifiable. Un effort important ou des mouvements inadaptés sont à l'origine de nombreuses lombalgies aiguës. Les professions telles que la vôtre sont bien évidemment plus éprouvantes pour la colonne vertébrale. C'est pourquoi le soignant ne peut aider le malade à bouger au détriment de son propre corps. Le personnel soignant doit donc respecter quelques principes de base pour ne pas abîmer ses disques intervertébraux. Or, depuis 1999, les affections chroniques du rachis lombaire sont inscrites au tableau des maladies professionnelles.

1 • Les accidents de l'appareil locomoteur

1.1 • Lister trois raisons au problème de dos dans le secteur médical.

.....

.....

.....

2 • Les gestes et postures adaptés



DOCUMENT - 1

Comment s'y prendre !!!

Chacun sait que l'on est moins stable pieds joints que pieds écartés. Or, le centre de gravité du corps de l'homme debout est situé au niveau du nombril. Si la verticale menée par le centre de gravité est maintenue, alors l'équilibre est maintenu. Si la verticale n'est pas respectée, c'est la chute.



À l'aide du document 1 :

2.1 • Déduire 5 gestes à effectuer lors du soulèvement d'une charge et justifier vos réponses.

Gestes à effectuer	Justifications
Écarter modérément les pieds et les décaler légèrement (rester dans le polygone de sustentation)	Pour respecter l'équilibre et le centre de gravité du corps
.....
.....
.....
.....
.....

Objectif

Mobiliser une personne en respectant les règles de confort, de sécurité et d'ergonomie.

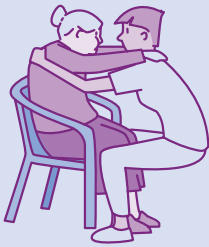



Le besoin de s'aérer est important pour l'usager. Or, pour un patient ou un usager souffrant d'une impotence ou paralysie des membres inférieurs, seul le recours au fauteuil roulant permettra de satisfaire ce besoin.

Le personnel soignant doit donc répondre à la demande de l'usager en respectant les règles de confort, de sécurité et d'ergonomie.

1 • La technique de manutention au fauteuil roulant

Manutentionner vient du latin « manus » (mains) et de « tenere » (tenir). Ce verbe signifie donc « tenir avec les mains » et en aucun cas avec votre dos.

1.1 • Asseoir un patient dans son fauteuil roulant

Technique	Consignes	Justifications
<p>Le personnel ou aidant est seul</p>  	<p>Placer le fauteuil roulant à côté de la chaise en ayant pris soin de mettre le frein</p> <p>Communiquer les gestes que vous effectuez à l'usager</p> <p>Fléchir les jambes afin de se mettre au niveau de la personne assise tout en gardant le dos droit</p> <p>Maintenir le membre le plus faible de la personne coincé avec vos genoux</p> <p>Placer vos bras autour du torse de la personne</p> <p>Demander à la personne de s'accrocher à votre cou</p> <p>Lever la personne avec une extension des genoux</p> <p>Faire pivoter l'usager un quart de tour avec un disque à transfert si besoin</p>	<p>• Pour la</p> <p>• Afin de</p> <p>• Afin d'éviter</p> <p>• Afin d'éviter</p>
	<p>L'aidant fléchit ses membres inférieurs, dos droit tout en maintenant l'usager autour du torse</p> <p>Demander à la personne de se poser délicatement sur le fauteuil tout en vous maintenant le dos droit</p> <p>Fléchir les jambes et garder le dos droit</p>	<p>• Afin d'éviter</p> <p>• Afin d'éviter</p>
	<p>S'accroupir en chevalier servant c'est-à-dire un genou à terre et l'autre collé au siège en gardant le dos droit</p> <p>Replacer le repose-pieds</p>	<p>• Afin d'éviter</p>

Objectif

Réaliser la toilette du corps d'une personne partiellement autonome en respectant l'hygiène, le confort, la sécurité et l'ergonomie.

Toutes les personnes soignées, âgées, handicapées n'ont pas besoin d'une aide lors des soins corporels. Une aide du personnel doit être justifiée lorsque la personne n'est pas totalement autonome :

- personne âgée, personne handicapée, personne hospitalisée non autonome :
- malade inconscient, comateux, immobile, insensible, dans le coma :
- mère qui vient d'accoucher (césarienne), les premiers jours.

L'endroit où s'effectue la toilette varie en fonction de l'état de la personne, de ses habitudes, de l'établissement et de ses possibilités : au lit, au fauteuil dans la chambre, au lavabo (debout ou assis), à la douche, au chariot.

1 • Toilette du corps

Énoncer l'intérêt de la toilette du corps.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Quand ?

.....

.....

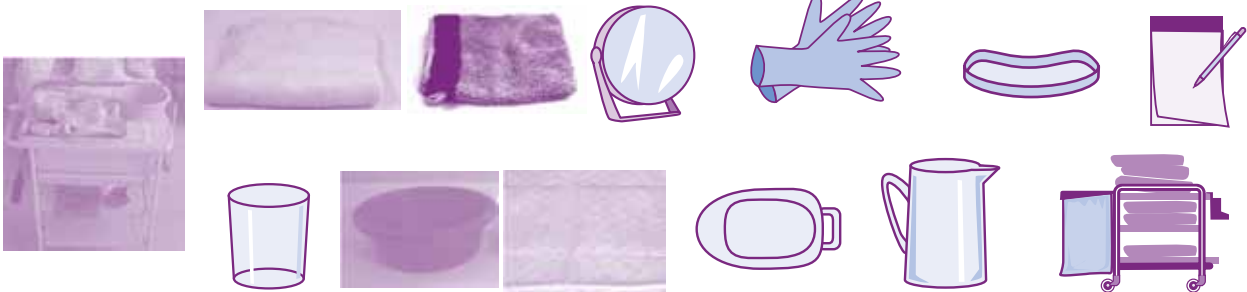
1.1 • Hygiène

Avant



1.2 • Organisation

Matériel



Produits



Savon liquide
du patient ou usager

1.3 • Confort du patient

.....

.....

.....

.....

.....


1.4 • Sécurité

.....

.....

.....

1.5 • Méthode : une toilette complète se réalise en 30 minutes en moyenne

Gestes techniques	Consignes	Justifications
<p>Réalisation de la toilette au lit</p> 	<p>S'informer sur les habitudes de la personne</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Afin d'utiliser les produits dont elle a l'habitude
<p>lever <input type="checkbox"/> transfert <input type="checkbox"/> marche sans canne <input type="checkbox"/></p> <p>coucher <input type="checkbox"/> au fauteuil <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> au fauteuil roulant <input type="checkbox"/> avec un déambulateur <input type="checkbox"/> avec des cannes <input type="checkbox"/> état cutané <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> met son dentier <input type="checkbox"/> se peigne <input type="checkbox"/> se rase <input type="checkbox"/> localiser sur le schéma <input type="checkbox"/></p>	<p>Prévenir la personne à l'avance du soin</p> <p>Vérifier son degré d'autonomie : marche avec...</p> <p>Vérifier son état physiologique : état cutané, présence d'escarres, entend-elle bien...</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Afin de respecter la personne : politesse
	<ul style="list-style-type: none"> - Allumer la présence - Fermer la porte de la chambre individuelle - Si chambre double : essayer de faire concorder la toilette d'un malade avec le départ du voisin (examen ou promenade) ou bien mettre un paravent ou tirer le rideau de séparation 	<ul style="list-style-type: none"> • Afin de respecter la pudeur et l'intimité de la personne
	<p>Vérifier la température ambiante, fermer les fenêtres</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Afin de respecter le confort de la personne

Animer un atelier d'activités manuelles : autour des photos familiales

Objectif

Animer un atelier autour des photos familiales afin de créer des pages d'album photos pour mettre les photos familiales en valeur.



Énoncer l'intérêt de la mise en place d'une telle activité.

.....

.....

.....

.....

.....

Avant : main-d'œuvre et milieu

 La personne âgée doit être autonome	 Se mettre en tenue d'animation	 Nettoyer et désinfecter la table
---	--	--

Matériel et produits



ciseaux crantés de différentes formes



crayon aquarellable pour photos qui s'efface



ciseaux pince



règle-cutter



feutres de différentes couleurs



colle en petites bandes



perforatrices à motifs perforatrices d'angle



différentes formes de gabarits



feuilles de type « canson » de différentes couleurs



eau écarlate



pochoirs alphabet

coton hydrophile ou mouchoirs en papier