

Le bain



Le bain

Le bain

Le bain est souvent l'activité de soins personnels la plus difficile à gérer par les soignants. Puisqu'il s'agit d'une expérience intime, les personnes qui souffrent de démence peuvent la percevoir comme menaçante ou désagréable. Elles peuvent en retour avoir un comportement perturbateur, comme les hurlements, la résistance ou les coups. Un tel comportement se produit souvent parce que la personne ne se souvient pas de l'utilité du bain, ou n'a pas la patience d'endurer les sévices NB : sévices n'est pas une traduction littérale, mais c'est conforme au contexte et plus correcte en français comme le manque de modestie, avoir froid ou souffrir d'autres inconforts. Voici quelques suggestions capables de rendre le bain plus facile aux personnes qui souffrent de démence.

Tentez de connaître les capacités de la personne

Encouragez la personne à faire autant que possible, mais soyez prêts à l'assister quand le besoin se présente. Évaluez sa capacité à :

- Trouver la salle de bain
- Voir clairement
- Se maintenir en équilibre sans peur de tomber
- Atteindre et étendre les bras
- Se rappeler des étapes du bain, suivre des indices ou des exemples
- Savoir comment utiliser les différents produits (savon, shampoing, gants de toilette, etc...)
- Sentir la température de l'eau.

Préparez la salle de bain à l'avance

- Rassemblez les outils ou matériel du bain comme les serviettes, gants de toilette, shampoing et savon avant de dire à la personne qu'il est temps de prendre le bain.
- Assurez-vous que la salle est chaude
- Utilisez de grandes serviettes de plage ou des couvertures de bain qui enveloppent complètement la personne en vue de maintenir l'intimité et la chaleur.
- Ayez un gant de toilette prêt à couvrir les yeux de la personne en vue de prévenir les picotements de l'eau ou du shampoing
- Assurez-vous que le savon et le shampoing sont faciles à atteindre. Essayez d'utiliser les échantillons de shampoing de petite taille similaires à ceux généralement employés dans les hôtels.
- Remplissez la baignoire et évaluez la réaction de la personne par rapport au fait d'entrer ou de se glisser dans l'eau. Il serait peut-être mieux de remplir la baignoire après que la personne est assise.
- Utilisez uniquement huit à dix centimètres d'eau.
- Essayez d'utiliser un savonnage des cheveux à la main (non, il faut utiliser une « douche portable », tu sais le genre qui vient avec un tuyau) et assurez-vous que le spray n'est pas très intense.
- Réglez la température de l'eau. La personne peut ne pas sentir que l'eau est dangereusement chaude ou peut résister au bain si elle est trop froide.

Focalisez sur la personne, non la tâche

Donnez des choix à la personne. Par exemple, demandez lui s'il/elle voudrait prendre le bain maintenant ou dans 15 minutes, s'il/elle voudrait prendre le bain ou faire une douche. Essayez de dire « allons nous laver » au lieu de « allons prendre un bain ».

- Assurez vous que la personne assume un rôle dans les étapes du bain. Par exemple, permettez-lui de tenir un gant de toilette, une éponge ou une bouteille de shampooing.
- Soyez conscient du fait que la personne peut percevoir une menace dans l'activité du bain. Si la personne résiste au bain ou réagit, distrayez la et essayez de répéter l'expérience à un moment ultérieur.
- Félicitez fréquemment la personne pour ses efforts et sa coopération.
- Protégez sans cesse la dignité de la personne, son intimité et son confort. Essayez d'aider la personne à se sentir moins vulnérable en l'enveloppant avec une couverture de bain durant qu'elle se déshabille.
- Couvrez ou enlevez les miroirs si la réflexion dans la glace de la salle de bain mène la personne à croire qu'il existe un étranger dans la salle.
- Ayez auprès de vous une personne familière du même sexe pour vous aider, si c'est possible.
- Soyez flexible. Permettez à la personne d'entrer dans la baignoire ou la douche avec ses vêtements. Il/elle voudrait se déshabiller une fois que les vêtements sont mouillés.
- Matelassez le siège de la douche ou d'autres surfaces inconfortables ou froides avec des serviettes.
- Ayez des activités prêtes à distraire la personne au cas où elle s'agite. Par exemple, jouez une musique réconfortante ou chantez ensemble.

Adaptez le processus du bain

- Fixez un temps précis de la journée pour le bain. Si la personne prend généralement son bain le matin, cela pourrait la désorienter de le faire le soir.
- Utilisez des phrases simples en vue d'entraîner la personne à travers chaque étape du bain, telles que : « Posez les pieds dans la baignoire ». «Asseyez vous». «Voici le savon». «Lavez votre bras ».
- Utilisez d'autres indices pour rappeler à la personne ce qu'elle doit faire, tels que la technique « Regardez moi ». Posez votre main sur la sienne en guidant gentiment les activités de lavage.
- Utilisez une banquette de baignoire ou une chaise de bain qui peut être ajustée à toutes les tailles. La personne peut s'asseoir durant le bain si cela rend la tâche plus facile.
- Le lavage des cheveux peut être l'activité la plus difficile. Utilisez un gant de toilette pour savonner et rincez les cheveux vers l'arrière en vue de réduire la quantité d'eau qui coule sur le visage.
- Assurez vous que les parties génitales sont lavées, surtout si la personne souffre d'incontinence.
- Assurez vous que la personne est lavée dans les replis de la peau et sous les seins

Simplifiez le processus.

- Cousez des poches dans les gants de toilette en vue de retenir le savon.
- Utilisez un gel tout-usage (2en1) pour laver les cheveux et le corps.
- Utilisez des savons spéciaux qui ne nécessitent pas le rinçage.

Pensez à des alternatives au bain

- Lavez une partie du corps chaque jour de la semaine
- Pensez à laver les cheveux à un autre moment ou un autre jour
- Faites la toilette à l'éponge à l'aide d'un gant de toilette entre les bains ou les douches.

Rappelez-vous des soins à procurer après le bain

- Vérifiez la présence d'éruptions ou de rougeurs ou de plaies, en particulier si la personne est incontinente ou incapable de se mouvoir
- Asseyez la personne lorsque vous la séchez et vous l'habiliez de vêtements propres.
- Assurez-vous que la personne est complètement sèche. Tapotez la personne pour la sécher au lieu de la frictionner.
- Utilisez des tampons en coton pour sécher l'espace entre les orteils.
- Appliquez une lotion pour garder la peau douce.
- Utilisez une poudre de talc sous les seins et dans les rides ou les replis de la peau.

Aménagez la sécurité de la salle de bain

- Ne laissez jamais la personne toute seule dans la salle de bain
- Baissez le thermostat sur votre chauffe-eau en vue de prévenir les brûlures
- Vérifiez toujours la température de l'eau même si la personne remplit son propre baingnoire.
- Mettez toujours une carquette spéciale dans la baignoire ou la douche
- Installez un bar de maintien et utilisez un siège dans la baignoire ou la douche
- Assurez vous qu'il n'y a pas de flaques sur le sol de la salle de bain, pensez à installer un tapis.