

# Hygiène et santé

**Le quotidien d'une personne à mobilité réduite ne se résume pas uniquement aux problèmes d'accessibilité. L'hygiène et la santé peuvent être également une source de préoccupation, en particulier l'incontinence et les escarres. Faire Face présente quelques solutions pratiques et simples d'utilisation pour les prévenir et mieux les maîtriser.**

**L**es lésions médullaires ont deux conséquences distinctes sur le fonctionnement vésico-sphinctérien. Tout d'abord, une incapacité à retenir les urines liée à une

hyperactivité vésicale, entraînant des fuites inopinées ou une incontinence d'effort sur vessie pleine (regorgement). Ensuite, une difficulté ou une impossibilité à vider sa vessie (appelée dysurie)

qui provient d'un défaut de relaxation du sphincter ou d'une absence de contractilité. Fuite ou rétention, des aides permettent d'y remédier ou d'atténuer leur manifestation.

## SURMONTER L'INCONTINENCE

### Les sous-vêtements absorbants

Appelé, selon les fabricants, couche, change, protection, culotte ou slip, ce dessous a pour mission de piéger et contenir urine et/ou selles. Différentes capacités d'absorption sont proposées : de 180 à 1 400 ml. Par conséquent, le choix d'une référence donnée se fera en fonction de la sévérité de l'incontinence.

Pour les fuites importantes, opter pour des modèles de grande capacité, de type change hypoallergénique complet ou slip intégral, permettant d'accommoder des périodes de plusieurs heures, jusqu'à six en journée et douze pour une nuit.

La contenance n'est pas la seule à varier, le design aussi. En effet, ce sous-vêtement adopte dorénavant différentes formes respectant la morphologie féminine et/ou masculine : culotte version droite mixte, protection féminine anatomique ou slip coquille confort pour les hommes.

*Sous-vêtement absorbant de 8,50 à 17 € selon forme et taille du lot (de 10 à 40 pièces par paquet); change complet ou slip intégral de 14 à 40 € selon si de jour ou de nuit et quantité (Handistore, SOS Incontinence, Tous Ergo)*



### Les sous-vêtements de maintien

L'emploi d'un change absorbant peut se compléter d'un slip ou d'une culotte à enfiler par-dessus. Dite de maintien, cette protection supplémentaire vise à améliorer l'hygiène.

Elle est disponible en différentes tailles et en version jetable (pack de 10) ou en version lavable (de type maille extensible ou panty filet). Une alèse représentera un complément utile. Ce textile existe, lui aussi, en version lavable ou jetable ainsi qu'en plusieurs dimensions – de 40 à 90 cm de large à 60 à 180 cm en longueur – et en trois formats : carré, rectangulaire ou à border.

*Sous-vêtement de maintien jetable ou extensible de 7 à 26 € selon taille du lot (de 10 à 50 pièces) et forme (slip, panty); alèse de 7 à 24,50 €, disponible sous forme jetable (vendue par lot de 15 à 25 pièces) ou lavable (Handistore, SOS Incontinence, Tous Ergo)*





# facilitées

## L'étui pénien

Comme son nom l'indique, ce système a été développé pour la prise en charge de l'incontinence urinaire de l'homme. Afin de faire face à la diversité de cette partie de l'anatomie masculine et surtout dans le but d'offrir une bonne tolérance et une efficacité améliorée, le fourreau existe en plusieurs diamètres et en deux longueurs. Une fois la taille la plus adaptée définie, il ne restera plus qu'à raccorder l'étui à une poche de stockage des urines. Cette dernière se fixera au mollet ou à la cuisse. Ses bénéfices ? D'abord, sa facilité de mise en place et sa discrétion – une fois posé, le système est invisible sous les vêtements. Ensuite, le fourreau prévient un contact direct de l'urine avec la peau, permettant à son utilisateur de rester "au sec" et de réduire considérablement irritations cutanées et odeurs. Ainsi, sous réserve que la poche soit de grande contenance ou puisse être vidée dans les toilettes, l'étui pourra rester en place jusqu'à 24 heures.

*Étui pénien Conveen Optima et poche à urine Conveen Active de Coloplast, 81,80 et 69,83 € respectivement (Lilial et autres distributeurs ou en pharmacie)*



## L'urinal absorbant

Encore un produit destiné aux hommes, mais pas seulement à ceux qui ont des problèmes d'incontinence. L'urinal CareBag permet d'uriner sans passer par "la case toilette". Grâce à un tampon absorbant qui gélifie jusqu'à 450 ml d'urine, cette innovation offre la possibilité de se soulager discrètement et de manière sûre en toutes circonstances : au lit, en fauteuil roulant, en voiture, etc. *Urinal CareBag de Cleanis, 15 € la boîte de 20 (SOS Incontinence)*



## Les aides dédiées à l'incontinence fécale

Deux grandes catégories de matériels existent pour appréhender au mieux les troubles colorectaux d'origine neurologique (affectant particulièrement les blessés médullaires ou les personnes atteintes de Spina bifida ou de sclérose en plaques). Avec, côté prévention, le système d'irrigation colique à utiliser de manière autonome sous réserve d'un apprentissage individualisé et supervisé par un soignant spécialisé. À l'aide d'une sonde rectale à ballonnet, de l'eau tiède est introduite dans le côlon dans le but de déclencher un mouvement d'évacuation des matières fécales (exonération), prévenant ainsi constipation et incontinence fécale.

Au niveau de la gestion du quotidien, place au tampon obturateur anal qui se compose d'une mousse de polyuréthane comprimée par un film hydrosoluble. Au contact de la muqueuse rectale, le film superficiel va se déliter, le tampon s'ouvrir en corolle et se plaquer sur les parois de l'ampoule rectale dont il assurera la fermeture mécanique (en laissant toutefois passer les gaz).

*Système d'irrigation transanale Peristeen et tampon obturateur anal Peristeen de Coloplast, 116,94 et 74,97 € respectivement (Lilial et autres distributeurs ou en pharmacie)*



## www.handistore.fr Une boutique en ligne 100 % santé

Handistore, mis en place par l'Entreprise adaptée d'Amiens (Somme), est un site dédié à la vente en ligne de matériel médical et de produits pour améliorer le quotidien des personnes en situation de handicap ou de dépendance. Pas de surprise quant à son mode de fonctionnement puisque la présentation des différents matériels se fait de manière classique et intuitive : chaque produit, rangé dans l'une des cinq catégories proposées (incontinence, positionnement, transfert, textile et literie), dispose de son descriptif. Les tarifs sont clairement affichés et il n'y a qu'à constituer son panier et payer en ligne de manière sécurisée. L'objectif poursuivi consiste à proposer des références de qualité (dont une partie est citée dans ces pages) au meilleur tarif, livrables directement à domicile.



## Les sondes

Le kit de sondage urinaire SpeediCath Compact Set de la société Coloplast, au conditionnement compact et discret, comprend une sonde auto-lubrifiée pour femme ou homme, pré-connectée à une poche de recueil d'une contenance de 750 ml. La sonde est prête à l'emploi. L'utilisateur pourra donc procéder directement à son insertion. L'autosondage se fera avec simplicité car la sonde, dotée d'une poignée de préhension, se manipule facilement, même avec une dextérité réduite. De plus, l'existence d'une telle poignée permet d'éviter d'avoir à toucher le corps de la sonde, diminuant par là même le risque d'infection.

Quant au corps de la sonde, il est enduit d'un lubrifiant à viscosité progressive solide qui assure un coulisement en douceur sur la muqueuse urétrale, réduisant ainsi les risques d'inconfort et de microtraumatismes de l'urètre. Coloplast commercialise une version féminine de sa sonde, SpeediCath Compact Femme.

Les propriétés d'hygiène et de confort restent inchangées mais son format encore plus compact – 9 cm seulement – est quasi similaire à celui d'un rouge à lèvres !

*SpeediCath Compact Set ou SpeediCath Compact Femme de Coloplast, 78,28 € (Lillial et autres distributeurs ou en pharmacie)*



## Prévenir les escarres

Ces lésions cutanées résultent de la compression tissulaire et des frictions, cisaillements et macération qui en résultent. L'escarre apparaît le plus souvent aux niveaux des points de contact : talons, occiput et/ou sacrum. Leur apparition, outre l'aspect douloureux, altère la qualité de vie du patient et entraîne une demande importante en soins.

Prévenir une escarre passe par la réduction des pressions et des frottements grâce à la combinaison de



l'augmentation de la surface de contact et de l'élasticité du matériau (mousse viscoélastique, fibres

creuses polyester siliconées, gel polyuréthane, etc.).

En position allongée, le choix d'un matelas à haute élasticité sera donc pertinent. Que l'on soit couché ou assis, des coussins de positionnement spécifiques et cales de compensation (talonnaire, triangle, repose-bras, demi-cylindre ou encore supports anti-équin ou poplital) déchargeront les zones d'appui.

*Coussins de positionnement, à partir de 30 € ; matelas anti-escarres de 140 à 3 300 € (Handistore, Hill-Rom (pour établissements spécialisés), Pharmaouest Industrie, TM Le Confort médical, Tous Ergo)*

*Tous les tarifs annoncés sont exprimés TTC et sont, pour la plupart, pris en charge.*

## Contacts

- > **Handistore** - [www.handistore.fr](http://www.handistore.fr) - Tél. : 0800 80 90 22  
[administrateur@handistore.fr](mailto:administrateur@handistore.fr)
- > **Sos Incontinence** - [www.sos-incontinence.fr](http://www.sos-incontinence.fr)  
Tél. : 02 54 55 50 41 - courriel *via* le site
- > **Tous Ergo** - [www.tousergo.com](http://www.tousergo.com) - Tél. : 0 805 460 400  
[contact@tousergo.com](mailto:contact@tousergo.com)
- > **Coloplast** - [www.coloplast.fr](http://www.coloplast.fr) - Tél. : 0 800 01 58 68  
courriel *via* le site (rubrique "Demande d'échantillons")

- > **Cleanis** - [www.cleanis.fr](http://www.cleanis.fr) - Tél. : 01 42 84 38 21  
[cleanis@cleanis.fr](mailto:cleanis@cleanis.fr)
- > **Lillial** - [www.lillial.fr](http://www.lillial.fr) - Tél. : 0800 880 554 - [contact@lillial.fr](mailto:contact@lillial.fr)
- > **Hill-Rom (professionnels de la santé seulement)**  
<http://www2.hill-rom.com> - Tél. : 0 820 012345 - courriel *via* le site
- > **Pharmaouest Industrie** - [www.pharmaouest.com](http://www.pharmaouest.com)  
Tél. : 02 99 82 21 21 - [contact@pharmaouest.com](mailto:contact@pharmaouest.com)
- > **TM Le Confort médical** - [www.tm-leconfortmedical.fr](http://www.tm-leconfortmedical.fr)  
Tél. : 03 26 40 57 69 - courriel *via* le site