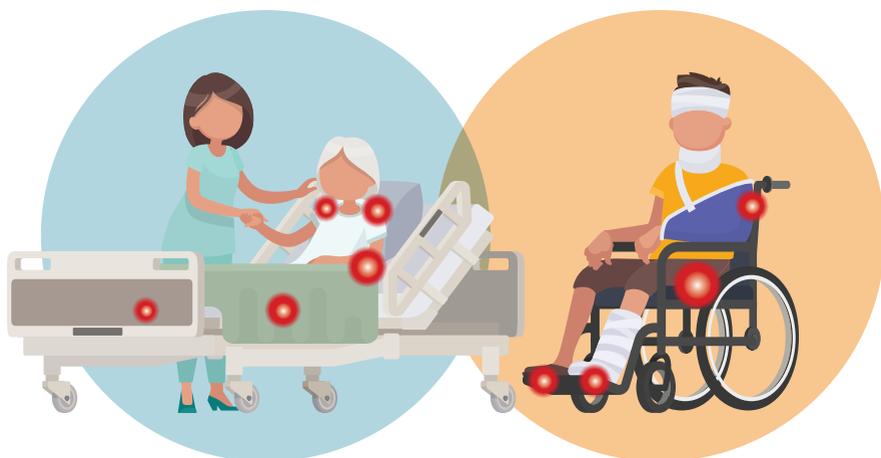


# PLAIES DE PRESSION/ ESCARRES



**Guide de prévention pour le patient**

## Qu'est-ce qu'une plaie de pression (escarre) ?

Quand vous êtes assis dans une chaise roulante, ou si vous êtes alité et bougez peu, après un certain temps vous pouvez remarquer une **gêne**, une **rougeur** ou même une **douleur** au niveau des zones qui sont en contact avec la surface sur laquelle vous êtes assis ou couché. Vous changez alors de position pour arrêter cette sensation inconfortable ou douloureuse.

Les personnes malades, ou atteintes d'une paralysie, ne sont souvent plus capables de sentir la douleur et de changer de position.



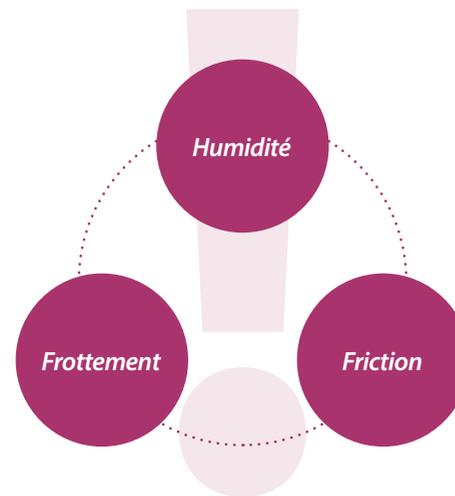
*Lorsqu'une partie du corps subit de la pression pendant une longue période de temps, la circulation du sang est réduite à cet endroit et une plaie peut se former.*

Une plaie de pression peut aussi être provoquée par quelque chose qui frotte, qui pousse ou qui tire contre une partie du corps.

## Zones concernées

Le développement d'une plaie de pression dépend de la position et se produit dans la plupart des cas **au niveau d'une proéminence osseuse**. Généralement c'est sur une partie du corps où il y a peu de gras ou de muscle, comme les coudes, les fesses et le dos, mais elle peut se développer n'importe où sur le corps.

Il y a **plusieurs stades de gravité** des plaies de pression pouvant varier d'une décoloration de la peau à une plaie ouverte jusqu'à l'os.



## Facteurs de risque

Toute limitation de la mobilisation est un facteur de risque pour le développement des lésions de pression.

L'**humidité**, la **friction** ou le **frottement** sont tous des facteurs pouvant contribuer au développement des plaies de pression, ainsi que les suivants : malnutrition et déshydratation, âge, diminution de sensibilité (neuropathie, pied diabétique, ...), humidité (incontinence), troubles circulatoires (artériopathie), obésité, ...

## COMMENT PRÉVENIR LES PLAIES DE PRESSION ?

### 1. Diminuer la pression

- > Changez de position fréquemment.
- > Distribuez la pression également sur votre corps en vous installant dans une position qui distribue au mieux la pression.



SEMI-FOWLER 30° - 30°



DÉCUBITUS VENTRAL

Au lit, sur le **dos**, installez des oreillers sous les mollets pour garder les talons surélevés.



DÉCUBITUS LATÉRAL À 30°

Si vous êtes couché sur le **côté**, l'oreiller se place entre les genoux.

### 2. Maintenir la santé de la peau

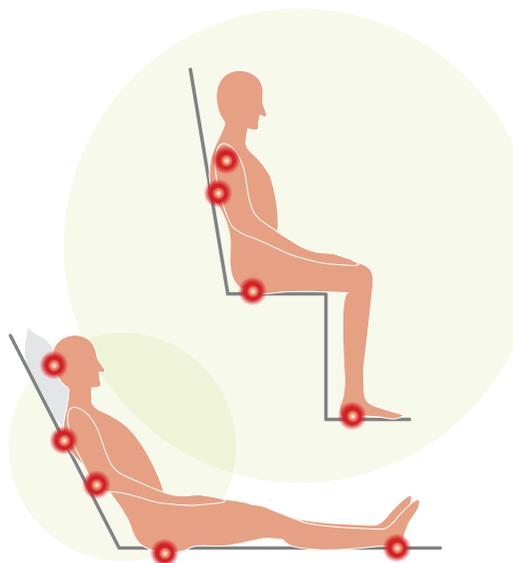
- > Utilisez un savon au PH équilibré.
- > Évitez l'eau trop chaude.
- > Utilisez une crème hydratante.
- > Assurez une bonne hydratation.

### 3. Examiner la peau

- > Inspectez la peau fréquemment.
- > Aidez un professionnel de soins en présence des signes suspects : rougeur ne disparaissant pas à la pression, phlyctènes et plaies.



**Assis** dans une chaise roulante, utilisez les appuis-pieds pour aider à distribuer le poids.





**CHU Saint-Pierre  
UMC Sint-Pieter**

**Site Porte de Hal**

Rue Haute 322, 1000 Bruxelles  
+32 (0)2 535 31 11  
[www.stpierre-bru.be](http://www.stpierre-bru.be)

**DES QUESTIONS ?  
PARLEZ-EN AVEC  
L'INFIRMIER OU LE  
MÉDECIN !**

**Carole Van Dongen**

***Infirmière référente plaie***

 02/506.70.73