



**Aide à l'hygiène
corporelle et au bien-
être à domicile**



Aide à l'hygiène corporelle et au bien-être à domicile



**CNFPT Languedoc Roussillon
date 2014**

Magali Sarrouy
Formatrice spécialisée secteur sanitaire et social

Le cadre professionnel

Généralités et pratiques :

La toilette, de manière générale, est un acte de la vie quotidienne.

Aider à cet acte est du ressort de l'aide à domicile

L'action de soin se situe au domicile du bénéficiaire. Il est chez lui, il est « le maître à bord », l'action est donc centrée sur lui, l'utilisateur du service à domicile ;

Même s'il est dépendant ou malade, il se situe comme usager voire client. Il est **SUJET** et non OBJET.

La communication et la relation qui va ou s'est instaurée avec l'aide à domicile est empreinte de ce rapport spécifique entre les 2 sujets, 2 êtres humains que sont : celui qui est pris en soin et celui qui prend soin.

La toilette médicalisée, elle, est prescrite par un médecin

Elle doit être assurée par un personnel soignant (AS ou IDE)

Pour des raisons liées à différentes pathologies ou handicaps, la toilette devient un acte plus technique qui nécessite de nombreuses connaissances et sort du quotidien pour entrer dans le champ des soins infirmiers ne pouvant être effectués que par des soignants professionnels, donc, IDE ou AS.

Cette action d'aide se situe, soit au domicile par les professionnels d'un SSIAD ou d'un cabinet infirmier, soit en institution, que ce soit en hôpital ou en EHPAD.

*Une action qui fait partie du « prendre soin » de quelqu'un
peut être réalisée par une aide à domicile
Une action qui est de « faire des soins » à quelqu'un,
constitue un acte infirmier devant être réalisé
par un soignant professionnel*



LES MISSIONS DE L'AIDE A DOMICILE

En général:

- **Assurer une intervention personnalisée d'aide à la personne**
⇒ L'aide à toute personne rencontrant des difficultés passagères ou non
- **Aider et accompagner les personnes dans les actes de la vie quotidienne et les activités sociales**
⇒ L'assistance à toute personne en perte d'autonomie (personnes âgées, handicapées...) dans l'accomplissement des actes essentiels et/ou ordinaires de la vie courante (toilette, repas, ménage, courses...)
⇒ Accompagnement et animation (garde, promenade)
- **Concourir au développement de l'autonomie du groupe familial et de la personne aidée**
- **Travailler en équipe ou en réseau**



Référentiel d'activités (5 groupes) ¹

1/ Accompagnement et aide aux personnes dans les actes essentiels de la vie quotidienne

- Stimuler les activités intellectuelles, sensorielles et motrices par les activités de la vie quotidienne
- Aider à la mobilisation, aux déplacements et à l'installation de la personne
- Aider à l'habillage et au déshabillage
- **Aider seul à la toilette lorsque celle-ci est assimilée à un acte de la vie quotidienne et n'a pas fait l'objet d'une prescription médicale**
- **Aider une personne dépendante (par exemple confinée au lit ou au fauteuil) à la toilette, en complément de l'infirmier ou de l'aide soignant, selon l'évaluation de la situation par un infirmier, le plus souvent, à un moment différent de la journée**
- Aider, lorsque ces actes peuvent être assimilés à des actes de la vie quotidienne et non à des actes de soins :
 - à l'alimentation
 - à la prise de médicaments lorsque cette prise est laissée par le médecin prescripteur à l'initiative d'une personne malade capable de l'accomplir seule et lorsque le mode de prise, compte tenu de la nature du médicament, ne présente pas de difficultés particulières, ni ne nécessite un apprentissage
 - aux fonctions d'élimination

¹ Extrait de «DEAVS le défi des compétences» Editions Lamarre

Magali Sarrouy
Formatrice spécialisée secteur sanitaire et social

5



Référentiel d'activités (5 groupes)

2/ Accompagnement et aide aux personnes dans les activités ordinaires de la vie quotidienne

- Aider à la réalisation ou réaliser les achats alimentaires
- Participer à l'élaboration des menus, aider à la réalisation ou réaliser des repas équilibrés ou conformes aux éventuels régimes prescrits
- Aider à la réalisation ou réaliser l'entretien courant du linge et des vêtements, du logement
- Aider à la réalisation ou réaliser le nettoyage des surfaces et matériels
- Aider ou effectuer l'aménagement de l'espace dans un but de confort et de sécurité

Magali Sarrouy
Formatrice spécialisée secteur sanitaire et social

6



Référentiel d'activités (5 groupes)

3/ Accompagnement et aide aux personnes dans les activités de la vie sociale et relationnelle

- Participer au développement et/ou au maintien de l'équilibre psychologique
- Stimuler les relations sociales

- Accompagner dans les activités de loisirs et de la vie sociale

- Aider à la gestion des documents familiaux et aux démarches administratives



Référentiel d'activités (5 groupes)

4/ Participation à l'élaboration, à la mise en œuvre et à l'évaluation du projet individualisé

- Observer et contribuer à l'analyse de la situation sur le terrain

- Faire preuve en permanence de vigilance et signaler à l'encadrant et aux personnels soignants tout état inhabituel de la personne aidée

- Organiser et ajuster son intervention, en collaboration avec la personne aidée et l'encadrement, en fonction du projet individualisé initialement déterminé, des souhaits de la personne aidée et des évolutions constatées au quotidien



Référentiel d'activités (5 groupes)

5/ Communication et liaison

- Ecouter, dialoguer, négocier avec la personne en situation de besoin d'aide et les aidants naturels
- Sécuriser la personne en situation de besoin d'aide
- Travailler en équipe
- Rendre compte de son intervention auprès des responsables de service, faire part de ses observations, questions et difficultés avec la personne aidée
- Repérer ses limites de compétences et identifier les autres partenaires à solliciter intervenant à domicile
- Intervenir en coordination avec les autres intervenants au domicile, les services sanitaires et sociaux et médicosociaux



Concernant l'aide à l'hygiène corporelle, il s'agira de :

- Établir une relation de confiance dans le respect du droit des personnes (intimité, dignité...) afin que ce moment de toilette soit un moment agréable (cet aspect revêt une importance particulière dans le moment de la toilette)
- Collaborer avec l'entourage familial (culture, habitudes familiales...)
- Planifier les interventions pour une meilleure adéquation aux besoins de la personne et en coordination avec les autres intervenants (soins infirmiers, kiné..)
- Aider à l'ensemble des gestes d'hygiène (faire avec ou, selon les besoins, faire à la place de...)
- Aider à l'aménagement de l'espace dans un but de confort et de sécurité dans la mesure des moyens existants (barres d'appui, chaise garde robe, rehausseur...)
- Favoriser la vie sociale par une image de soi positive et agréable pour soi et pour autrui (propreté, soins des ongles (mains) coiffure, coquetterie, vêtements corrects..)



Les compétences de l'aide à domicile :

Bonne maîtrise des techniques de la vie quotidienne
Pratique de la communication professionnelle
Connaissance du secteur de l'aide à domicile et de la politique associée
Connaissances minimum de l'hygiène corporelle, alimentaire et de vie
Connaissance des publics aidés

Les capacités requises :

Adaptation à différents publics et différentes situations
Savoir se conformer à des habitudes et des expériences particulières
Bonne capacité relationnelle
Sens pratique et logique
Savoir travailler en équipe



Viellissement et dépendance

Le vieillissement est un processus biologique, psychologique et social

Travail de réflexion et échanges

Chacun d'entre nous connaît dans son entourage des personnes vieillissantes (représentations, images de la vieillesse, évolutions sociétales et médicales, sens du « vieillir » aujourd'hui)

Aspects individuels et aspects collectifs du vieillissement

On parle de « bien » ou « mal » vieillir ; comment un être humain peut-il vivre ce processus inexorable ? (normes culturelles, personnelles, professionnelles, sociétales...)

Vieillesse, santé, maladie et dépendance (essais de définitions)

Des enjeux économiques et sociétaux importants



Quelques définitions en lien avec le vieillissement

La santé (S. Siboni) : Elle s'appuie sur 4 piliers :

L'absence de maladie

Le bon équilibre psychique

Le bon équilibre affectif

La reconnaissance sociale

Avec l'âge, lorsqu'un de ces piliers s'effondre, tôt ou tard, les autres vont s'effondrer aussi

De l'indépendance à la dépendance :

Ou « quand la santé devient un problème »

L'indépendance physique et psychique se construit depuis la naissance et tout le long du chemin de la vie d'adulte

La difficile entrée dans la dépendance : c'est l'effondrement d'un ou plusieurs piliers de la santé qui implique un besoin d'aide.

On dit en langage courant que « la personne ne peut plus se suffire », c'est à dire, ne peut plus subvenir elle-même à ses propres besoins

Magali Sarrouy
Formatrice spécialisée secteur sanitaire et social

13



Définitions (Secrétariat d'Etat aux personnes âgées)

Dépendance : c'est le fait qu'une personne n'effectue pas sans aide (qu'elle ne le puisse ou ne le veuille pas) les principales activités de la vie courante.

Perte d'autonomie : c'est l'incapacité (ou l'interdiction) d'une personne à choisir elle-même les règles de sa conduite l'orientation de ses actes et les risques qu'elle est prête à courir.

Si la nuance est claire pour les personnes handicapées, soit physiques, soit mentales, nous assimilons souvent indépendance et autonomie, dépendance et perte d'autonomie chez les personnes âgées.

L'accroissement important du nombre de personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer a obligé les professionnels à être plus précis sur ce point dans leurs évaluations en vue d'une prise en charge adaptée (GIR).

Au domicile comme ailleurs, l'aide apportée se doit d'être adaptée aux besoins, besoins très différents selon que la personne est dépendante ou n'est plus autonome....parfois ni l'un ni l'autre !

Magali Sarrouy
Formatrice spécialisée secteur sanitaire et social

14



Quelques notions préalables à la toilette

C'est un moment privilégié qui doit rester
Un moment de plaisir

La qualité de ce moment est donc étroitement liée :

- à la qualité de la relation, parfois difficile quand la personne n'est pas coopérante
- à la connaissance du public aidée, notamment, les personnes âgées
- à la connaissance de la notion de propreté mais aussi des bases de l'hygiène

Mais qu'est ce que l'hygiène exactement ?



De la propreté à l'hygiène

La propreté : c'est l'absence de salissure. Elle est visible à l'œil nu

L'hygiène : c'est la réduction du nombre de germes, microbes, également appelés micro-organismes car visibles seulement au microscope.

Les 3 opérations permettant de lutter contre la multiplication des germes :

(en fonction de l'objet support et en fonction des objectifs)

- le nettoyage, lavage, déterision (savon, lessive, produits nettoyants) : réduit momentanément le nombre de germes
- la désinfection (désinfectants) : réduction momentanée plus importante
- la stérilisation (produits chimique, chaleur sèche ou humide à + 100°) : destruction momentanée de tous les germes



Les germes et les mains

Les germes (bactéries, virus, parasites, mycoplasmes) :

Ils vivent à l'état normal sur ou dans l'organisme humain sain .

Ce sont les germes saprophytes et ils sont utiles pour la défense de l'organisme.

Ces mêmes germes deviennent pathogènes lorsqu'ils prolifèrent sur un hôte fragilisé par une maladie ou une baisse d'immunité ; ils entraînent alors eux même des infections.

Les mains : Elles sont le principal vecteur de contagion par contact.

En effet, nos mains sont nos premiers et essentiels outils de travail.

Nous touchons tout et donc, transportons les germes d'un site à l'autre sans cesse. Si nous ne les lavons pas les germes se multiplient, prolifèrent et nous les déposons partout . Le lavage des mains permet de maintenir une « charge bactérienne » faible sur nos mains.

**Le lavage efficace des mains peut, à lui seul,
éviter 90% des infections**



Le lavage des mains

QUAND ?

SYSTEMATIQUEMENT entre chaque personnes

SYSTEMATIQUEMENT chaque fois que l'on passe

« du sale au propre »

et

Avant et après les repas

Après être allé aux toilettes

Après avoir toussé dans ses mains ou s'être mouché

Avant de mettre et après avoir ôté les gants

En début et en fin de journée

Et encore



COMMENT ?

Comprendre
c'est bien ! Essayer,
c'est mieux !

Avec un savon liquide doux de préférence et après avoir ôté les bijoux

1/ Mouiller les mains

2/ Déposer le savon au creux d'une main puis frictionner méthodiquement les mains une contre l'autre, les paumes, les dos des mains, les poignets et les espaces interdigitaux

(DUREE : 30 secondes à 1 minute)

3/ Rincer sous l'eau courante

4/ Sécher soigneusement en tamponnant avec une serviette papier ou un torchon propre, des doigts vers les poignets

Les SHA (*solutions hydro alcooliques*) : sur des mains visuellement propres : 1 dose et friction jusqu'à évaporation totale de la solution.



Les grands principes

*issus des précautions standards en hygiène
et adaptés au travail des aides à domicile :*

- **Aller toujours du plus propre vers le plus sale**
- **Porter des gants pour toute manipulation de sécrétions ou liquides biologiques**
- **Lavage des mains autant de fois que de besoin**
- **Jamais de linge sale contre soi (sa tenue)**



Concernant le professionnel : Généralités

- Notions d'hygiène personnelle

Ce concept est variable d'une personne à l'autre, en fonction de son âge, son milieu d'origine, son éducation, ses habitudes,...

- **Du côté du professionnel**, chacun doit avoir conscience que le respect dû à la personne aidée implique une hygiène corporelle personnelle exemplaire et une tenue vestimentaire changée tous les jours si possible.

Les cheveux sont propres et attachés.

Le port d'un tablier plastique à usage unique peut être utile par-dessus la tenue de travail lors de toilettes de personnes très souillées où le risque de contact avec les liquides biologiques sont très présents.



Le port des gants

Les gants protègent la personne de vos germes
Ils vous protègent des germes de la personne

Le port des gants est **obligatoire**
dès qu'il y a contact avec les liquides biologiques

Par contre :

- Il est inutile et coûteux d'utiliser des gants pour tout ; La toilette d'un torse non souillé ne nécessite pas de gants (et pour le ménage, il existe des gants de ménage !)
- Jeter les gants immédiatement après chaque usage (on ne lave **JAMAIS** des mains gantées ! Et on enlève les gants pour faire une friction !)
- Ne jamais toucher l'environnement avec des gants souillés



La toilette : aspects techniques

A domicile, chaque situation est particulière

- 1/ Apprécier la situation en fonction de différents paramètres
Heure, état physique et psychologique de la personne (peu ou très souillée, coopérante ou opposante), habitudes, moyens à disposition, temps disponible.....
- 2/ Définir les objectifs adaptés à la situation
Propreté, confort et bien-être, maintien de l'autonomie, coquetterie, besoin de communication....
- 3/ Cibler le type de toilette approprié
Aide simple au lever, toilette complète, aide partielle au lavabo, au lit, petite toilette après change.....
- 4/ S'organiser en fonction de ces différentes données
*Réunir tout le matériel nécessaire et le mettre à portée :
Serviettes et gants de toilette (2), savon, brosse à dents et dentifrice ou matériel de soin de prothèse, matériel et produits pour l'entretien des cheveux et des ongles, et, si besoin, gants à usage unique, crème pour la prévention d'escarre, protection de recharge, sac pour le linge sale, change de literie,.....*



La méthode servant de modèle est celle de la toilette au lit car elle est la plus complète en matière d'aide ;
Mais elle n'est pas à appliquer systématiquement pour autant.

L'aide à la toilette la plus souvent effectuée est l'aide au lavabo ou pour la douche selon les habitudes et les besoins de la personne

L'aide porte sur les actes que la personne ne peut pas ou ne veut pas faire du fait de sa dépendance ou sa perte d'autonomie

- ⇒ Laisser faire
- ⇒ Faire avec...
- ⇒ Faire à la place



Toilette au lit : les principes

- Réunir le matériel
- La partie du corps lavée repose sur la serviette du haut ou du bas et est découverte
- Les autres parties sont couvertes (les sales par le draps, les propres par la serviette propre)
- Parler à la personne en s'adaptant à la situation
- Veiller à un toucher respectueux et doux
- Aucun matériel posé sur le lit ou au sol si possible
- Faire un nettoyage de l'environnement préalable si besoin
- L'ordre normal de la toilette est du plus propre au plus sale mais si le siège est très souillé, il vaut mieux commencer par là.
Dans ce cas là, on change et on nettoie tout ce qui doit l'être avant de procéder à la suite.
- Nettoyer et ranger le matériel



Toilette au lit : la méthode

- Installer la personne confortablement (attention à la température !)
 - Déborder tout le lit et enlever les couvertures
 - Utiliser le drap de dessus pour couvrir la personne (pudeur)
Si on commence par le siège, la personne sera tournée sur le côté (attention sécurité) pour la toilette anale (ce gant ne servira plus) et on peut effectuer tout de suite la toilette du dos (autre gant) pour ne pas avoir à tourner la personne plusieurs fois (confort) sinon :
 - Commencer par un lavage des mains dans une cuvette, rincer, sécher et changer l'eau.
 - Avec le gant du haut : Le visage : les yeux à l'eau claire
Le thorax : 1 hémi torse à la fois
 - Avec le gant du bas : Les cuisses, jambes et pieds en commençant par le plus éloigné ; insister sur les espaces entre les orteils et bien les sécher ;
faire les PE aux talons s'il y a lieu
- Toilette génitale** : Découvrir la personne par le bas en couvrant le haut propre. Mettre le bassin ou replier la protection côté propre et savonner de haut en bas en tournant le gant (du bas) ; chez l'homme décalotter et recalotter le gland.



Toilette au lit : la méthode (suite)

- Toilette du dos, si ce n'a pas été fait avant (gant du haut et lit à plat)
- Toilette anale, si ce n'a pas été fait avant (gant du bas) : commencer par les fesses pour finir par l'anus ; faire le PE au niveau du dos,
- Procéder au change du drap de dessous en faisant rouler la personne d'un côté puis de l'autre tout en enroulant le drap sale sur lui-même et déroulant le drap propre sur toute la longueur du lit
- Réinstaller la personne confortablement
- Procéder à la réfection complète du lit
- Brossage des dents au dessus d'une cuvette ou soins de la prothèse et remise en place de celle-ci
- Coiffer et couper les ongles si besoin (attention : ne pas couper les ongles des pieds chez un diabétique)
- Proposer selon les cas, rasage ou crème de soin et maquillage
- Réinstaller et mettre à portée ce qui est nécessaire à la personne (boisson, lecture, commande TV, lumière...)
- Laver et ranger tout le matériel



La prévention des escarres

Définition : C'est l'ensemble des manœuvres et des actions préventives visant à éviter les points d'appuis ou tout frottement pour éviter l'apparition d'escarres

C'est tout simplement:

- L'absence de plis pour les draps, les vêtements (pas de cisaillement)
- L'absence de débris ou miettes dans le lit ou le fauteuil
- Une bonne alimentation et bonne hydratation
- Une peau propre et saine et donc, l'évitement de toute macération
- Tous les matériels évitant les points d'appui : arceaux, cales et gouttières, matelas à air « anti-escarre ».....
- Tous les matériels permettant la mobilisation si brève soit elle : déambulateur, fauteuils roulants, lève-malade, verticalisateur...



Le massage trophique

Il a pour but de favoriser la circulation superficielle et profonde des tissus au niveau des points de pression (d'appui), afin d'éviter l'apparition d'escarres.

Il peut être effectué en cours de toilette avec du savon ou après la toilette avec une crème neutre type Dexeryl.

C'est l'action mécanique du massage qui est recherchée et non une quelconque action chimique.

La peau de la personne doit être toujours propre ainsi que les mains de l'aidant

Installer la personne dans une position confortable et sûre en regard de la région à masser. Étendre le produit et masser en douceur. Le temps de massage d'une zone est de 3 minutes et doit être respecté.



Une aide de qualité ? L'évaluation

En aucun cas la toilette ne doit être enfermée dans une technique rigide et immuable !

La technique doit s'adapter à chaque cas particulier dans le cadre

- de la SECURITE de la personne

- du respect des grands principes d'HYGIÈNE

Pour évaluer la qualité de l'aide apportée, le système **ECORSET**

Efficacité
Confort
Organisation
Responsabilité
Sécurité
Économie
Transmissions



Les aides techniques

Les petites aides (sangles de levage, rehausseurs, cannes, déambulateurs...)

Le fauteuil roulant

- **Le lit médicalisé, drap de glissement ...**

Le lève malade, le verticalisateur ...

Approche pratique de ces divers matériels



Et n'oubliez pas

*« La Nature fait les hommes semblables ;
la vie les rend différents »*

Confucius

*« C'est le propre de l'homme de se tromper ;
seul l'insensé persiste dans son erreur. »*

Cicéron

*« Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles que nous
n'osons pas, c'est parce que nous n'osons pas qu'elles sont
difficiles. »*

*« Donne moi, la force de me battre contre ce que je peux
changer, le courage de ne pas me battre contre ce que je ne
peux pas changer, et la lucidité pour discerner les deux. »*

Sénèque

