

INFORMATIONS SUR LES AUTOSOINS DE PLAIE



**FEUILLET D'ENSEIGNEMENT À L'INTENTION DE L'USAGER
ET DE SON PROCHE AIDANT**

INFORMATIONS RELATIVES AUX AUTOSOINS DE VOTRE PLAIE

Un traitement vous a été prescrit pour favoriser la guérison de votre plaie. Ce traitement inclut les mesures nécessaires à la cicatrisation (ex. : saine alimentation, cessation tabagique, réduction de l'enflure, retrait de la pression sur la plaie, contrôle de la glycémie, activité physique) ainsi qu'un soin pour nettoyer et protéger la plaie.

■ Préparer votre matériel :

- Nettoyant pour la surface de travail
- Solution et matériel pour le nettoyage de la plaie
- Pansements, produits, mèches ou compresses
- Sac à ordures
- Autre matériel (ex. : pince et ciseau, tige montée)

ATTENTION : Certains produits spécialisés (ex. : pansement absorbant Mepilex^{MD}, Aquacel^{MD}, ou Aquacel Ag^{MD}, etc.) sont considérés comme étant des médicaments. Par conséquent, ils sont couverts par une assurance (RAMQ¹ ou privée). Votre professionnel de la santé vous remettra une prescription et vous serez responsable de vous procurer les produits prescrits auprès de votre pharmacie communautaire.

Les produits de base non couverts par une assurance (RAMQ ou privée) sont fournis par le CISSS des Laurentides pour la durée prévue ou attendue du traitement.

■ Changement de pansement, étape par étape

1. Nettoyer votre surface de travail;
2. Laver vos mains;
3. Retirer délicatement le pansement et le jeter;
4. Laver vos mains à nouveau;
5. Nettoyer la plaie ;
 - Placer une serviette propre sous la zone atteinte pour récupérer le liquide de nettoyage.
 - Verser la solution de nettoyage recommandée sur la plaie, selon la technique enseignée par votre professionnel de la santé. Selon les indications du professionnel, il est possible de nettoyer la plaie directement sous le jet doux du robinet ou de la douche.
 - Assécher doucement la peau au pourtour de la plaie en tapotant avec une compresse.

CONSEIL :

Évitez de toucher la plaie avec vos doigts et éviter de laisser la plaie à l'air, à moins d'avis contraire du professionnel.

¹ Régime de l'assurance maladie du Québec

6. Évaluer la plaie et la peau environnante;

Communiquez avec un professionnel si :

- Signe d'infection locale de la plaie :
 - Augmentation de la douleur
 - Augmentation de l'écoulement ou écoulement purulent (plus épais ou verdâtre)
 - Augmentation de l'enflure (œdème) autour de la plaie
 - Augmentation de la rougeur et/ou de la chaleur autour de la plaie
 - Augmentation de la taille de la plaie
 - Odeur persistante après le nettoyage de la plaie

Présentez-vous à l'urgence si :

- Des selles (brunes) s'écoulent d'une plaie abdominale
- Fièvre (température buccale supérieure ou égale à 38,5 °C) qui persiste ou qui débute 48 heures après une chirurgie

CONSEILS:

Si vous avez un appareil photo numérique ou un téléphone intelligent, prenez une photo de votre plaie à chaque changement de pansement. Cela peut vous aider, ainsi que votre professionnel de la santé, à suivre les changements et/ou la progression de votre plaie.

7. Appliquer un nouveau pansement;

- Appliquer un protecteur cutané au pourtour de la plaie (si recommandé par votre professionnel).
- Si un produit tel un gel (ex. : Intrasit Gel^{MD}) ou une pâte antibactérienne (ex. : IODOSORB^{MD}) est recommandé, appliquez-le avec un abaisse-langue ou une tige montée stérile, sans déborder à l'extérieur de la plaie.
- Si vous devez introduire une mèche dans la plaie, utiliser une tige montée stérile. Ne pas trop compacter la mèche, ne jamais insérer plusieurs bouts de mèche dans la cavité et laisser une longueur d'environ 2,5 cm sortir de la plaie.
- Appliquer le pansement de recouvrement en prenant soin qu'il couvre la totalité de la plaie (avec 2 cm de plus). Si le pansement n'est pas auto-adhésif, fixez-le avec une bande de fixation adhésive (ex. : Hypafix^{MD}) ou à l'aide d'un bandage de gaze en rouleau pour le maintenir en place (suivre les recommandations de votre professionnel).

8. Laver vos mains.



Suivi de l'évolution de votre plaie

- Si vous vous portez bien et que la plaie s'améliore, continuez de changer vos pansements tel que recommandé par votre professionnel de la santé.
- S'il n'y a aucun changement de votre état ou de l'état de votre plaie, selon le suivi établi par votre professionnel de la santé, contactez-le afin de valider si un changement de traitement est nécessaire.
- Si votre état ou la condition de votre plaie se détériorent, contactez votre professionnel de la santé rapidement afin de valider si un changement de traitement est nécessaire.

Voici une procédure simple, étape par étape, que vous pouvez utiliser à domicile:

1

Préparez-vous et vos matériaux nécessaires



2

Lavez vos mains



3

Enlevez et jetez le pansement



4

Lavez vos mains encore une fois



5

Nettoyez la plaie



6

Évaluez la plaie et la peau environnante



7

Appliquez un nouveau pansement



8

Lavez vos mains encore une fois



9

Suivi – quelle est la suite?



Avvertissement: Le contenu de cette ressource est à titre informatif seulement et ne remplace PAS les conseils, diagnostics ou traitements de professionnels de la santé. Vous devez toujours consulter votre professionnel de la santé avant de commencer un nouveau traitement ou de modifier ou d'interrompre un traitement existant.

Source : Canadian Association of Wound Care, 2021. LA SÉRIE DE SOINS À DOMICILE Prendre soin de votre plaie à domicile Le changement d'un pansement.

Coordonnées des guichets d'accès au CISSS des Laurentides :

Nom de votre professionnel et poste téléphonique : _____

- | | | |
|--------------------------|----------------------------------|------------------|
| <input type="checkbox"/> | Services de santé courants | 1 866 225-0104 |
| | Heures d'ouverture : | |
| | Du lundi au vendredi | 8 h 00 à 18 h 00 |
| | Samedi, dimanche et jours fériés | 8 h 00 à 16 h 00 |
|
 | | |
| <input type="checkbox"/> | Services soutien à domicile | 1 833 217-5362 |
| | Heures d'ouverture : | |
| | Du lundi au vendredi | 8 h 30 à 18 h 00 |
| | Samedi, dimanche et jours fériés | 9 h 00 à 15 h 30 |

CLSC dans Lanaudière :

Nom de votre professionnel et poste téléphonique : _____

- | | | |
|--------------------------|-------------------|----------------|
| <input type="checkbox"/> | CLSC Lamater | 450 471-2882 |
| <input type="checkbox"/> | CLSC Saint-Esprit | 1 888 256-0404 |

Info santé : 811

www.santelaurentides.gouv.qc.ca

Hôpital de Mont-Laurier : 819 623-1234

2561, chemin de la Lièvre sud, Mont-Laurier (QC), J9L 3G3

Hôpital de Saint-Eustache : 1 888 234-3837

520, boul. Arthur-Sauvé, Saint-Eustache (QC), J7R 5B1

Hôpital Laurentien : 1 855 766-6387

234, rue Saint-Vincent, Sainte-Agathe-des-Monts (QC), J8C 2B8

Hôpital régional de Saint-Jérôme : 1 866 963-2777

290, rue De Montigny, Saint-Jérôme (QC), J7Z 5T3

Hôpital d'Argenteuil : 450 562-3761

Centre multiservices de santé et de services sociaux d'Argenteuil

145, avenue de la Providence, Lachute (QC), J8H 4C7

Annexe 1 : Plan de traitement de la plaie (déterminé par l'infirmière)

Date	/ /	/ /	/ /
Objectif du traitement			
Mesure d'asepsie (sans contact ou technique propre)			
Nettoyage (solution, quantité)			
Protecteur cutané			
Pansement primaire ou produit (directement sur le lit de plaie)			
Pansement secondaire (recouvre le pansement primaire)			
Dispositif de recouvrement (adhésif, bandage, autres)			
Fréquence du changement de pansement			
Signature de l'infirmière			

Tableau d'inspection de l'usager et de sa plaie

Date	/	/	
Je me sens ...	<input type="checkbox"/> Mieux	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Pire
La douleur de ma plaie est ...	<input type="checkbox"/> Mieux	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Pire
La taille de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Plus petite	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus grande
Le liquide (drainage) provenant de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Diminué	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Augmenté
L'odeur de la plaie (non du pansement) est ...	<input type="checkbox"/> Diminué	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus forte
Le gonflement autour de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Diminué	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus grand
L'étendue de la rougeur autour de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Diminuée	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus grande
La température de la peau autour de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Normale	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus chaude
L'humidité de la peau autour de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Normale	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Augmentée

Tableau d'inspection de l'usager et de sa plaie

Date	/	/	
Je me sens ...	<input type="checkbox"/> Mieux	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Pire
La douleur de ma plaie est ...	<input type="checkbox"/> Mieux	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Pire
La taille de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Plus petite	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus grande
Le liquide (drainage) provenant de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Diminué	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Augmenté
L'odeur de la plaie (non du pansement) est ...	<input type="checkbox"/> Diminué	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus forte
Le gonflement autour de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Diminué	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus grand
L'étendue de la rougeur autour de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Diminuée	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus grande
La température de la peau autour de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Normale	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus chaude
L'humidité de la peau autour de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Normale	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Augmentée

Tableau d'inspection de l'usager et de sa plaie

Date	/	/	
Je me sens ...	<input type="checkbox"/> Mieux	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Pire
La douleur de ma plaie est ...	<input type="checkbox"/> Mieux	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Pire
La taille de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Plus petite	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus grande
Le liquide (drainage) provenant de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Diminué	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Augmenté
L'odeur de la plaie (non du pansement) est ...	<input type="checkbox"/> Diminué	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus forte
Le gonflement autour de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Diminué	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus grand
L'étendue de la rougeur autour de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Diminuée	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus grande
La température de la peau autour de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Normale	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Plus chaude
L'humidité de la peau autour de la plaie est ...	<input type="checkbox"/> Normale	<input type="checkbox"/> Identique	<input type="checkbox"/> Augmentée

Source : Canadian Association of Wound Care, 2021. LA SÉRIE DE SOINS À DOMICILE Prendre soin de votre plaie à domicile Le changement d'un pansement.