



Soins du membre résiduel et hygiène

Pour les personnes amputées, comme le dit bien le proverbe : *Mieux vaut prévenir que guérir*. La peau du membre résiduel doit être saine si vous voulez demeurer aussi actif que possible et éviter de ressentir de la douleur et de l'inconfort. Les nouveaux amputés ont souvent besoin d'accroître graduellement la durée du port du membre artificiel pour laisser à leur membre résiduel le temps de s'habituer à l'emboîture. Pendant et après cette période, ils doivent veiller soigneusement à l'hygiène de leur membre résiduel pour prévenir les problèmes de peau.

La transpiration est l'un des irritants de la peau les plus courants. La peau contribue à la régulation de la température corporelle. En effet, la transpiration qu'elle dégage s'évapore et permet ainsi au corps de se refroidir. Tout particulièrement à l'approche de l'été, nous devenons plus actifs et la chaleur nous fait transpirer davantage, ce qui rend la transpiration plus problématique.

Notre transpiration contient des éléments qui s'accumulent dans l'emboîture du membre artificiel et sur le membre résiduel. Ces éléments, ajoutés à la chaleur et à l'humidité emprisonnées dans l'emboîture, constituent la combinaison idéale pour le développement de **bactéries**. De plus, la sueur accumulée dans l'emboîture peut occasionner un mouvement « de piston », c'est-à-dire faire bouger le membre résiduel à l'intérieur de l'emboîture. Le frottement sur la peau qui en résulte peut causer des **abrasions**.

Le membre résiduel est enfermé toute la journée dans une emboîture. L'air n'y circule pas et la sueur ne peut s'évaporer; elle reste emprisonnée. Si vous ne lavez pas bien votre membre résiduel, il peut s'infecter facilement et dégager une mauvaise odeur. Des irritations bénignes résultant du frottement dans l'emboîture peuvent s'aggraver jusqu'à empêcher le port de la prothèse.



Lavez l'intérieur de l'emboîture avec de l'eau tiède et du savon doux.

La première et la plus importante des règles d'hygiène pour le membre résiduel est de LE GARDER PROPRE. Le lavage de votre membre résiduel devrait être intégré à votre routine quotidienne, comme le brossage des dents.

Principes de propreté

Le membre résiduel

- Il vaut mieux laver le membre résiduel le soir. Il n'est pas conseillé de le faire le matin, à moins que vous ne portiez un bas de moignon, car la peau encore humide peut enfler et adhérer à l'intérieur de l'emboîture.
- Mouillez bien la peau avec de l'eau tiède.
- Utilisez un savon non parfumé, ou un nettoyant antiseptique si vous préférez.
- Faites mousser le nettoyant. Utilisez plus d'eau pour obtenir plus de mousse.
- Rincez avec de l'eau propre et assurez-vous de faire disparaître toute trace de savon, car même une mince pellicule peut causer de l'irritation.
- **Séchez soigneusement la peau.**

L'emboîture ou le manchon

- Nettoyez l'emboîture ou le manchon le plus souvent possible, tous les jours par température chaude, afin d'éliminer la sueur enfermée à l'intérieur.
- Lavez-les le soir pour leur laisser le temps de sécher complètement.
- Lavez-les avec de l'eau tiède (et non chaude!) et du savon doux.
- Essuyez-les bien avec un chiffon propre et humide.
- **Séchez-les soigneusement avant de les porter. Les amputés qui utilisent un manchon de silicone apprécieront en avoir un deuxième pour pouvoir en laisser un sécher toute la journée.**

Le bas de moignon

Le port d'un bas de moignon léger peut avoir un effet rafraîchissant et offrir un coussin supplémentaire pour le moignon. Le bas de moignon, particulièrement s'il est fait d'un tissu de type CoolMax® de DuPont, par exemple, peut aussi aider à éviter l'accumulation de sueur contre la peau.

- Le bas de moignon doit être changé tous les jours (et même plus d'une fois par jour lors des températures chaudes) et doit être lavé aussitôt enlevé afin d'éviter que la transpiration ne s'y imprègne. Utilisez un savon doux et de l'eau tiède (jamais chaude!).
- Rincez à fond.
- On peut glisser une balle de caoutchouc dans le bas de moignon pour l'aider à garder sa forme.

En outre, un nettoyage rapide du membre résiduel et de l'emboîture ou un changement de bas de moignon ou de manchon pendant la journée (ou juste après une activité récréative) peut s'avérer très utile. Nous vous conseillons d'utiliser des serviettes humides jetables.

Lavez votre
membre résiduel
le soir.



Si elles ne sont pas traitées correctement, des affections bénignes peuvent s'aggraver rapidement et vous empêcher de porter votre prothèse tant qu'elles ne sont pas guéries. Si une affection de la peau persiste, la personne amputée doit consulter son médecin sans tarder, pour éviter qu'un problème mineur ne s'aggrave. D'autres articles au sujet des maladies de peau et leur traitement sont mis à votre disposition pour vous aider à identifier vos problèmes de peau et vous faire connaître les produits disponibles pour leur traitement.