



TENA®

Engagement

Conseils TENA® pour de meilleurs résultats en matière de soins pour l'incontinence

Conseils TENA® pour de meilleurs résultats en matière de soins pour l'incontinence

L'objectif des Conseils TENA®

Les Conseils TENA® ont vu le jour à la suite de bon nombre d'années d'expérience de soins pour l'incontinence et de rétroaction fournie par nos clients.

Ces Conseils TENA® constituent une source concise de suggestions et de rétroaction facile à consulter qui portent sur des sujets courants. Nous croyons que vous les trouverez utiles dans votre pratique de tous les jours.

CONSEIL TENA® :

Les Conseils TENA contenus dans cette brochure peuvent être utilisés individuellement. Parlez à votre représentant TENA pour planifier la distribution à l'échelle de votre centre des CONSEILS TENA les plus pertinents à votre situation.

L'effet d'entraînement TENA®

L'effet d'entraînement TENA® jette un regard d'ensemble sur les effets positifs et négatifs de la sélection de produits pour l'incontinence. Il démontre clairement l'effet d'entraînement que peut avoir le choix d'un produit de pauvre qualité.

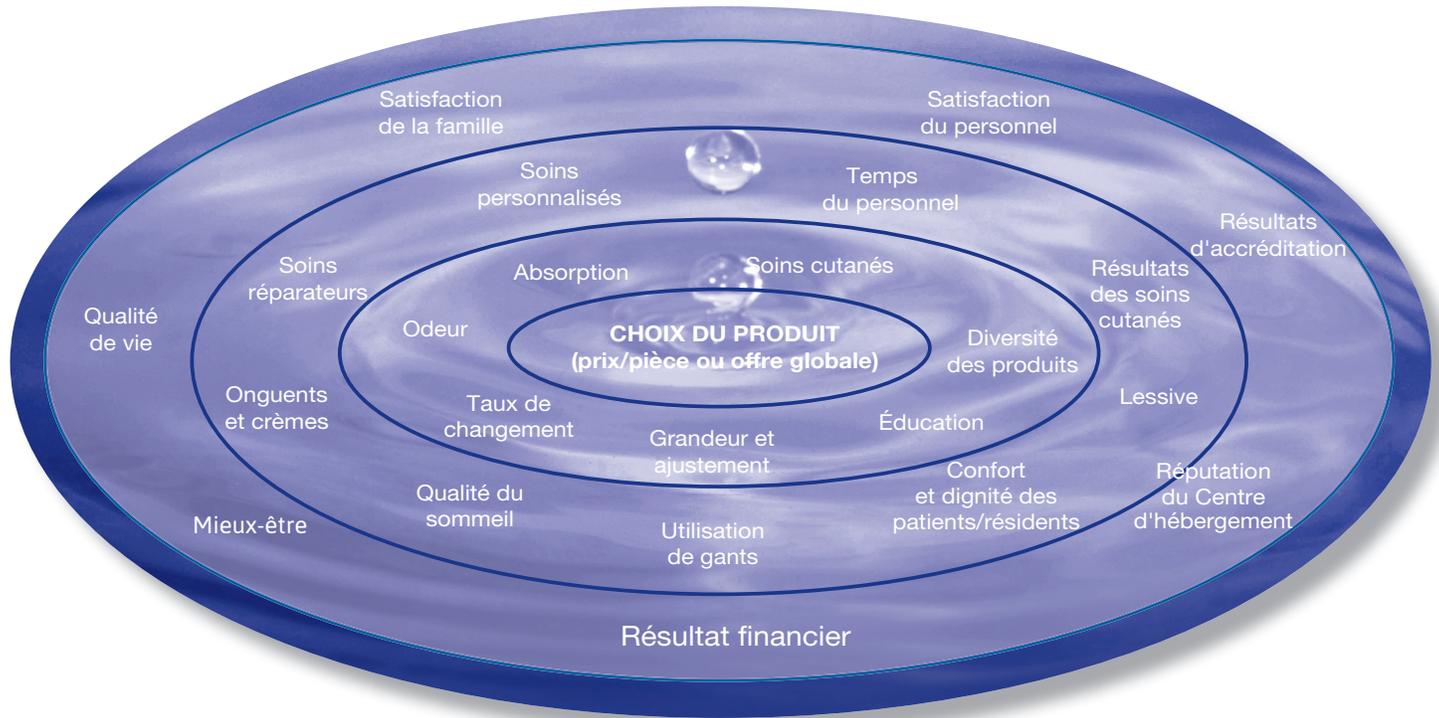
Voici les sujets couverts par les Conseils TENA® :

Doublage de produit.....	4
Les coûts cachés	5
Hydratation adéquate.....	6
Gestion des odeurs.....	7
Planification proactive en cas de pandémie et préparation aux urgences	8-9
Soins réparateurs de nuit.....	10-11
Facteurs de risque pour la peau du périnée.....	12-13
Facteurs de risques posés par les produits barrières.....	14-15
Prendre soin de personnes obèses.....	16-17
Dermatite associée à l'incontinence (DI).....	18-19
Prévention des chutes	20-21
Éviter et gérer les lésions de pression.....	22-23
Soins de rééducation.....	24

Effet d'entraînement TENA®

Gestion de l'incontinence – Promotion de la continence

Est-ce que vos choix de produits ont un effet positif ou négatif sur l'ensemble des coûts et de la qualité des soins ?



Les choix faits aujourd'hui peuvent avoir un impact sur l'avenir...

Exemple	Un effet d'entraînement POSITIF	Un effet d'entraînement NÉGATIF
Le critère décisionnel	Basé sur l'impact total qu'aura le système de soins pour l'incontinence (produits et programmes) sur les coûts et les soins qui en résulteront.	Basé sur le « prix par article » seulement - sans tenir compte d'aucun autre facteur.
Les effets directs sur les soins	La diversité des produits TENA® et le rendement d'utilisation supérieur qu'ils offrent, alliés aux outils de formation TENA®, assurent une utilisation adéquate des produits pour soutenir les meilleurs pratiques qui soient en matière de gestion des soins et des coûts.	<ul style="list-style-type: none"> Le rendement ou l'absorption d'un produit peut ne pas combler tous les besoins de chaque personne – approche « grandeur unique » Le manque de programmes continus et de soutien éducationnel est synonyme d'un accroissement des fuites et de la consommation de produits
Le résultat immédiat	Confort, dignité et protection contre les fuites accrues pour les patients/résidents. <ul style="list-style-type: none"> Réduction du risque d'irritation cutanée – l'humidité est emprisonnée loin de la peau pour prévenir les lésions Réduction des quantités de lessives dues aux souillures à la suite d'incontinence Réduction des pertes en produits liées au choix du mauvais produit et à des mauvaises pratiques d'application Réduction du risque de chute des patients/résidents 	Les patients/résidents incontinents sont plus irritables et moins reposés en raison de l'inconfort. <ul style="list-style-type: none"> Risque accru de chute Risque accru de problèmes cutanés et de plaies de lit Charge de travail accrue, à gérer les fuites de l'incontinence et des patients/résidents fatigués ou agités Usage accru de produits contre l'incontinence et de gants Besoins accrues de lessive liée à l'incontinence
Le résultat final	<ul style="list-style-type: none"> Budget bien géré et pratiques de soins accrues Efficacité/satisfaction du personnel accrues Mieux-être des patients/résidents accru Satisfaction des familles accrue Meilleure réputation du Centre d'hébergement 	<ul style="list-style-type: none"> Augmentation des frais généraux liés à la lessive, aux soins cutanés et aux produits Surcharge de travail pour le personnel, cause d'insatisfaction Patients/résidents plus faibles et plus agités Familles insatisfaites de l'état général des patients/résidents Impact sur la réputation du Centre d'hébergement et sur son environnement



CONSEIL : Doublage de produits

LE SAVIEZ-VOUS? Le doublage de produits, une pratique qui consiste à insérer un coussinet d'appoint ou léger à l'intérieur du produit absorbant d'un patient/résident, peut faire augmenter inutilement le risque d'inconfort et d'irritation cutanée.

RISQUES DU DOUBLAGE DE PRODUITS

Humidité contre la peau : Si la quantité d'urine émise dépasse la capacité du produit intérieur, l'humidité n'est alors plus emprisonnée loin de la peau. Le revêtement étanche du produit d'appoint empêche l'absorption d'urine dans le centre absorbant du produit absorbant externe. L'abondance d'urine crée des fuites le long de la jambe et garde la peau humide. Le produit d'appoint nuit aussi au fonctionnement de l'indicateur d'humidité du produit absorbant externe, avec comme conséquence qu'aucun changement de couleur n'indiquera que le produit a été souillé et doit être changé.

Plaies de pression : Le volume créé par la superposition de deux produits cause des pressions et des frictions contre la peau et les tissus sous-jacents. L'humidité emprisonnée dans les couches de produits entraîne une surhydratation ou une macération de la peau. Les deux constituent des facteurs de risque de lésion cutanée.

Infections des voies urinaires (IVU) : L'humidité emprisonnée dans les couches de produits n'est pas absorbée adéquatement et peut mener à la croissance bactérienne et faire augmenter le risque d'infections.

Fuites et odeurs : Comme un coussinet d'appoint empêche l'absorption d'urine dans la culotte, dont le centre a été spécialement conçu à cette fin, il en résulte des fuites qui créent une odeur perceptible.

Friction et irritation cutanée sont souvent le résultat du volume accru créé entre les jambes par le doublage de produits.

Le produit peut devenir visible pour les autres personnes, ce qui porte atteinte à la dignité de la personne.

Et si un patient/résident demande que son produit soit doublé?

Souvent, l'incontinence crée un sentiment d'insécurité chez les patients/résidents particulièrement en ce qui a trait aux fuites et aux odeurs embarrassantes. Ils peuvent penser que doubler le produit leur offrira une protection accrue, mais en réalité, l'utilisation d'un produit pour l'incontinence ne permet pas de gérer les soins de manière plus efficace au coût et en offrant un plus grand niveau de confort que si deux produits ou plus sont superposés. Il devient important de fournir aux patients/résidents, ainsi qu'à leurs familles, une formation à cet égard.

Conseil TENA® :

Il n'est jamais nécessaire de doubler un produit absorbant pour obtenir une protection adéquate. Il existe des produits absorbants mieux profilés et ajustés dans toute une gamme de styles, de grandeurs et de niveaux d'absorption qui conviennent aux besoins de chaque personne en matière de confort, de dignité et de sécurité contre les fuites.

Lorsque vient le moment de choisir un produit absorbant pour un patient/résident, les facteurs suivants devraient être considérés :

- Cognition
- Niveau de mobilité
- Capacité de transfert
- Gravité de l'incontinence
- Sexe de la personne
- Ajustement
- Facilité d'utilisation
- Le produit devrait emprisonner l'urine loin de la peau
- Protection pour les vêtements
- Préservation de la dignité et du confort de la personne
- Promotion de l'indépendance de la personne





CONSEIL : Les coûts « cachés » des soins pour l'incontinence

LE SAVIEZ-VOUS? Les soins pour l'incontinence entraînent beaucoup de coûts cachés. Laissez TENA® vous aider à gérer ces coûts sans compromis sur la qualité des soins, ni sur les principes régissant les meilleurs pratiques.

Méprises courantes sur les culottes d'incontinence

- Toutes les culottes sont créées de la même façon... « Une couche est une couche »... **FAUX**
- Une culotte plus grande est plus absorbante et plus confortable... **FAUX**
- Les culottes moyennes et grandes coûtent le même prix par article... **FAUX**

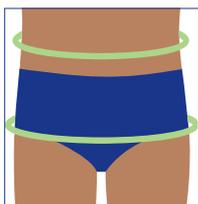
FAIT : En mettant l'accent sur la bonne grandeur de produit, ainsi que sur un ajustement et un niveau d'absorption adéquats, il devient possible d'atteindre une utilisation de produits diversifiée qui améliore les soins aux patients/résidents, tout comme le contrôle des coûts. En se basant sur la moyenne nationale pour les centres de soins qui observent un programme d'ajustement uniforme, environ 60 % des personnes ont besoin d'une grandeur moyenne, alors que 40 % d'entre elles ont besoin d'une taille grande. Sans gestion appropriée, la diversification des produits peut devenir hors de tout contrôle.

Voici comment la diversification des produits influence les coûts, les soins et le temps du personnel. C'est un effet d'entraînement.

- Le personnel peut prendre des habitudes coûteuses, comme utiliser un produit de grande taille pour tous les patients/résidents.
- Le mauvais usage des produits de grande taille influence les coûts et la qualité des soins.
- Cette approche « taille unique » peut aussi mener à l'inconfort de personnes plus petites. Un mauvais ajustement laisse passer des fuites et expose la peau à un taux à plus élevé d'humidité, à plus d'irritation et à un risque accru de DI et de lésions de pression.
- Les produits absorbants mal ajustés peuvent entraîner un risque de chute en créant des risques environnementaux, comme un plancher mouillé.
- La quantité de lessive et la consommation de produits jetables augmentent, créant une escalade des coûts.
- Le précieux temps du personnel est perdu à changer la literie et les vêtements plus souvent.

Détermination de la grandeur des culottes TENA ProSkin Stretch^{MC}

Pour déterminer la grandeur des culottes avec précision, mesurez le tour de taille ou de hanches du résident (la plus grande mesure des deux) et consultez le tableau ci-dessous. La grandeur de la culotte est imprimée le long de l'indicateur d'humidité.



Grandeurs	Tour de taille/de hanches
PROSKIN STRETCH ^{MC} ULTRA Moyenne/Régulière (lavande)	84 - 132 cm / 33 - 52 po
Grande/Très grande (beige)	104 - 163 cm / 41 - 64 po
TT grande (blanche)	163 - 178 cm / 64 - 70 po
PROSKIN STRETCH ^{MC} SUPER	
Moyenne/Régulière (verte)	84 - 132 cm / 33 - 52 po
Grande/Très grande (verte)	104 - 163 cm / 41 - 64 po
Bariatrique TTTG (verte)	175 - 244 cm / 69 - 96 po

Vous constaterez généralement que les femmes ont un tour de hanches supérieur tandis que les hommes ont un tour de taille supérieur.

Des questions? Contactez-nous :
1.800.510.8023 | www.tenaprofessionals.ca



TENA est une marque déposée de Essity, Produits de santé et d'hygiène, AB. TENA ProSkin Stretch est une marque de commerce de Essity, Produits de santé et d'hygiène, AB.
©Essity, Produits de santé et d'hygiène, AB, 2021 129937F-211 - SM



Conseil TENA® :
Nos outils d'évaluation des grandeurs et de référence rapide aident le personnel à promouvoir le confort de l'utilisateur et l'efficacité des coûts engendrés par l'utilisation de produits. Parlez à votre représentant TENA® pour avoir plus de détails.





CONSEIL : Hydratation adéquate

LE SAVIEZ-VOUS? Le corps humain est composé d'environ 60 % d'eau, un élément essentiel pour toutes les cellules du corps. L'eau est vitale. Sans eau, les êtres humains ne peuvent pas survivre.¹ Sans eau, il est impossible de maintenir toutes les réactions chimiques vitales de notre corps.

Nous perdons l'eau par la transpiration et dans l'air expiré des poumons. L'élimination d'eau par ces mécanismes aide à garder nos corps frais et à prévenir l'excès de chaleur, particulièrement lors d'un exercice physique. Si l'eau n'est pas remplacée, notre corps devient très rapidement déshydraté, ce qui peut entraîner des complications pour la santé.

Le processus de vieillissement nuit à l'équilibre hydrique des personnes âgées. Environ 20 à 30 % de ces personnes sont déshydratées.²

FAITS SUR L'EAU ET LE MIEUX-ÊTRE

- La déshydratation cause la fatigue.³
- Un faible taux d'hydratation peut entraîner la confusion, des étourdissements, des problèmes de mémoire à court terme et des difficultés à se concentrer.³
- En présence de déshydratation, l'urine peut devenir concentrée, foncée et d'un faible débit.³
- L'hydratation adéquate peut contribuer à prévenir les infections de la vessie en aidant à éliminer des bactéries indésirables dans les voies urinaires.⁴
- Il est recommandé de consommer 8 verres d'eau par jour pour maintenir l'hydratation et avoir une vessie en bonne santé.⁵
- L'eau aide le corps à éliminer les déchets du tube digestif. L'humidité aide à prévenir la constipation et à maintenir les fonctions intestinales.⁵
- La constipation peut engendrer de multiples complications, dont le fécalome, l'incontinence fécale et des dommages aux nerfs du rectum.⁶
- Des preuves avancent que se tenir bien hydraté peut aider à soulager les douleurs musculaires et articulaires.⁷

L'hydratation aide les produits absorbants à offrir un rendement efficace

Les produits absorbants conçus pour de multiples épisodes d'élimination fonctionnent mieux lorsque la personne est bien hydratée. Le polymère superabsorbant (SAP) transforme le liquide en gel à l'intérieur du produit et garde la peau au sec. Une urine concentrée contient des molécules qui peuvent contrer ce processus et nuire à l'efficacité du produit absorbant.

Signes et symptômes de déshydratation

- Visites fréquentes aux toilettes
- Baisse de la production d'urine
- Urine concentrée causant une irritation de la vessie (miction goutte à goutte)
- Constipation
- Sécheresse de la bouche
- Faiblesse et fatigue
- Crampes musculaires
- Perte de poids
- Chutes
- Maux de tête
- Étourdissements et confusion

Conseil TENA® : Aider à prévenir la déshydratation chez les personnes âgées

Encourager l'apport en liquides.
Cette mesure de prévention aide à :

- rester en bonne santé
- éviter les soins médicaux inutiles et l'attention accordée à la déshydratation.

Références : 1. USGS (n.d) The Water in You. Water and the human body. Disponible à l'adresse : https://www.usgs.gov/special-topic/water-science-school/science/water-you-water-and-human-body?qt-science_center_objects=0#qt-science_center_objects (consulté le 8 mai 2020). 2. Hooper, L, Bunn, D, Jimoh, F, O., Fairweather, S, J (2014) Water-loss dehydration and aging. Vol 136-137 pp 50-58, Mechanisms of Aging and Development, disponible à l'adresse : <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0047637413001280> (consulté le 8 mai 2020). 3. Mayo Clinic (2020) Dehydration, disponible à l'adresse : <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/dehydration/symptoms-causes/syc-20354086> (consulté le 8 mai 2020). 4. Mayo Clinic (2020) Urinary Tract Infection, disponible à l'adresse : <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/urinary-tract-infection/symptoms-causes/syc-20353447> (consulté le 11 mai 2020). 5. Fraser Health (2014) A Man's Health Issue: Bladder and Bowel Continence. 6. Fondation d'aide aux personnes incontinentes (Canada) (2020), Causes de l'incontinence fécale et de la constipation, disponible à l'adresse : www.https://www.canadiancontinence.ca/FR/causes-de-incontinence-fecale.php. 7. London, C (2013) 6 tips for healthy joints, Natural Solutions 152 pp 58-59.





CONSEIL : Gestion des odeurs

LE SAVIEZ-VOUS? Le personnel soignant peut jouer un rôle important dans la réduction des odeurs liées à l'incontinence. Une odeur d'incontinence persistante est déplaisante pour le personnel, les patients/résidents et les membres des familles en visite. Une odeur non gérée peut générer des opinions négatives quant à la qualité des soins prodigués et à la propreté des lieux.

Effectuer des soins périnéaux lors de chaque changement de culotte ou de coussinet

- Il est plus efficace de respecter une routine de soins continus pour réduire la présence de bactéries qui causent des odeurs sur la peau que d'adopter une routine de soins le matin et le soir.
- L'utilisation d'un nettoyant doux et sans rinçage doté de propriétés hydratantes aide à rendre cette procédure simple, rapide et efficace, ce qui contribue à la réduction des odeurs et favorise le confort et la dignité des patients/résidents.

Sélection et application appropriées de produits absorbants pour l'incontinence

- Choisir des produits absorbants qui contiennent des polymères superabsorbants et un contrôle intégré des odeurs.
- Le niveau d'absorption, le type de produit et la grandeur devraient être établis en fonction des besoins particuliers de chaque personne. Il s'agit là d'un élément clé de prévention des fuites, causes d'odeurs sur les vêtements, les chaises ou la literie.
- Le respect des procédures d'application adéquates assure que le produit est confortable et bien ajusté pour aider à empêcher les odeurs de s'échapper.

Retrait et élimination adéquats des produits absorbants

- Dès son retrait, enrouler le produit absorbant souillé sur lui-même pour empêcher que les odeurs d'ammoniac ne s'échappent.
- Utiliser les attaches des culottes pour l'enrouler étroitement, en gardant le côté absorbant à l'intérieur.
- Placer sans tarder le produit souillé dans un contenant muni d'un couvercle étanche ou appliquer la politique de votre centre.
- **Éviter de jeter un produit souillé sur le plancher pour des raisons de prévention de l'infection.**
- Changer les produits absorbants souillés de selles sans délai.



Entretien adéquat des vêtements, bassins de lit, urinoires et chaises d'aisance

- S'assurer que les outils servant à recueillir l'urine sont vidés sans tarder, rincés, nettoyés et entreposés selon le protocole de votre centre de soins afin d'aider à réduire les odeurs d'urine.
- Inspecter les vêtements et la literie pour détecter des signes de fuites ou de taches d'urine. En présence de fuites fréquentes, réévaluer les besoins en produits absorbants, les techniques d'application et le programme de visites à la toilette.

Superviser l'apport en liquide et rapporter de fortes odeurs d'urine

- La production d'urine odorante et concentrée est souvent le résultat de déshydratation. Elle peut aussi indiquer la présence d'infection des voies urinaires (IVU).
- Encourager la consommation de liquide au cours de la journée pour maintenir l'hydratation. Vérifier d'abord les consignes du médecin pour s'assurer que la personne n'est pas sujette à des restrictions relatives à la consommation de liquides en raison d'autres problèmes médicaux.

Favoriser la continence

- Les pratiques de soins réparateurs comprenant des programmes de visites à la toilette peuvent contribuer à éliminer les odeurs en gardant la personne au sec et continente dans la mesure du possible.





CONSEIL : Planification proactive en cas de pandémie et préparation aux urgences

Est-ce que votre centre est prêt? Laissez TENA® vous aider!

- Les patients/résidents qui souffrent d'épisodes de diarrhée fréquents doivent être changés souvent. Jusqu'à ce que ce besoin de changements additionnels soit apaisé, il est possible de gérer les besoins de ces patients/résidents à l'aide d'une culotte d'absorption moyenne à élevée.
- Les pénuries de personnel et la nécessité de prodiguer des soins additionnels se traduisent par des périodes plus longues entre les changements de produits pour les patients/résidents qui souffrent d'incontinence urinaire. Pour aider à préserver le confort et à garder la peau de ces patients/résidents au sec pendant une pandémie, il est recommandé d'utiliser les produits TENA ProSkin^{MC} Super de nuit avec absorption accrue.
- Pendant une pandémie, la demande en produits d'incontinence sera plus grande. Un manque de produits disponibles peut rapidement devenir une situation critique. Pour minimiser ce risque, il serait sage de COMMANDER DES STOCKS PANDÉMIQUES À L'AVANCE et de les garder en entrepôt.
- Ces stocks « en cas d'urgence » : remplacent pas l'approvisionnement régulier et devraient prendre en considération les variations dictées par une pandémie :
 - Il est possible que tous les patients/résidents aient besoin de protection contre l'incontinence et de soins cutanés
 - Il peut s'avérer nécessaire d'avoir plus de produits de niveau d'absorption Super
 - Les patients/résidents qui souffrent de diarrhée doivent habituellement être changés plus fréquemment
 - Un approvisionnement de 2 à 4 semaines est recommandé.

Êtes-vous prêt pour ces situations d'urgence?

- **Conditions météorologiques graves :**
Grêle, éclairs, pluie torrentielle, vents forts et tornades peuvent se développer rapidement et laisser peu de temps pour réagir.
- **Pannes de courant prolongées :**
L'infrastructure du centre peut être touchée. Une panne de plusieurs jours peut mettre les batteries d'urgence à plat et assécher les réserves d'essence.
- **Tempêtes hivernales :**
Si le transport est paralysé, il est possible que l'approvisionnement le soit aussi, que le personnel soit immobilisé et qu'il soit impossible d'envoyer des résidents à l'hôpital. Les services publics risquent d'être perturbés pendant de longues périodes de temps.

Soins de l'incontinence TENA® – Solutions de produits recommandées

Nom du produit	Code de produit	Quantité par caisse	Stocks pandémiques recommandés pour 2 semaines	Caractéristiques et avantages
Gant de toilette TENA ProSkin ^{MC} - sans parfum	54367	45/5 = 225	10 caisses	Nettoyage pratique du corps entier, formule nettoyante au pH équilibré de 5,5
Gant de toilette TENA ProSkin ^{MC}	54366	45/5 = 225	10 caisses	
Piqués TENA® Réguliers	350	12/25 = 300	5 caisses	Aide à absorber les fuites, réduire les odeurs et garder la peau au sec
Débarbouillettes TENA ProSkin ^{MC} Ultra, préhumectées	65720	12/48 = 576	10 caisses	Pour un nettoyage pratique du corps entier sans bassin ou un nettoyage de la région périnéale qui permet d'éviter tout risque de contamination croisée
Débarbouillettes TENA UltraFlush®	65726	12/48 = 576	10 caisses	Formule 3 en 1 hydratante qui nettoie en douceur, protège la peau et la laisse mieux hydratée
Débarbouillettes sèches TENA ProSkin ^{MC}	74500	16/50 = 800	7 caisses	Jetable, usage unique
Crème nettoyante TENA ProSkin ^{MC} (500 mL)	64430	10 bouteilles	5 caisses	Formule 3 en 1 au pH équilibré et sans rinçage qui nettoie, hydrate et aide à apaiser la peau
Shampooing et nettoyant pour le corps TENA ProSkin ^{MC} (500 mL)	64363	10 bouteilles	3 caisses	Pour une douche complète, pH équilibré et doux pour la peau et les cheveux
Culottes TENA ProSkin Stretch ^{MC} Ultra - M/R	67802	2/36 = 72	59 caisses	Produits de confinement hautement absorbants et bien ajustés qui emprisonnent efficacement le liquide loin de la surface de la peau pour aider à la garder au sec. L'ajustement personnalisé et les fronces élastiques aident à prévenir les fuites
Culottes TENA ProSkin Stretch ^{MC} Super - M/R	67902	2/28 = 56	75 caisses	
Culottes TENA ProSkin Stretch ^{MC} Ultra - G/TG	67803	2/36 = 72	20 caisses	
Culottes TENA ProSkin Stretch ^{MC} Super - G/TG	67903	2/28 = 56	25 caisses	

Paramètres considérés au tableau :

- 100 lits pendant une période épidémique de 2 semaines (2 à 4 semaines sont recommandées)
- Une répartition des grandeurs de 75 % de taille moyenne et de 25 % de taille grande
- 100 % des patients/résidents connaissent des épisodes d'incontinence; 4 changements de produit par patient toutes les 24 h
- Piqués : basés sur 1 piqué par patient/résident toutes les 24 h

Ce tableau est offert à titre d'exemple seulement.





CONSEIL : Soins réparateurs de nuit

LE SAVIEZ-VOUS? Le sommeil de qualité est un état de rétablissement essentiel qui permet au corps de se rétablir et de se régénérer. Il est difficile de favoriser un sommeil de qualité chez les personnes incontinentes, chez qui, la nuit est synonyme de réveils prévus selon un horaire de gestion de l'incontinence.

Cette pratique de changements de routine risque de provoquer des habitudes de sommeil fragmenté et de somnolence diurne, ainsi qu'un désintéressement envers les activités sociales et de soins personnels.

Il serait avisé d'examiner de près les pratiques de soins de nuit pour offrir des soins personnalisés aux résidents et les aider à fonctionner à nouveau normalement.

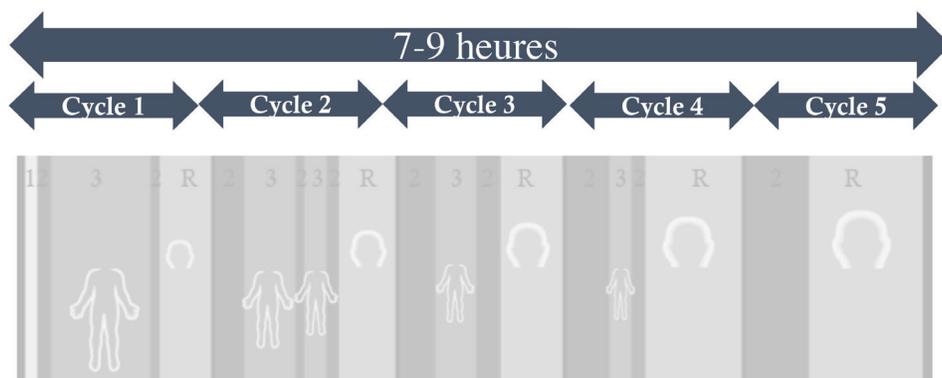
Qu'est-ce qui est normal? De quelle quantité de sommeil avons-vous besoin pour nous sentir bien?

- La plupart des adultes dorment 7 à 10 heures par nuit.
- Une période de sommeil d'environ 6 heures est considérée minimale pour pouvoir fonctionner normalement.

Le sommeil commence par une période non paradoxale qui dure environ 90 minutes, avant que la phase paradoxale ne débute. Quatre à six cycles de sommeil se succèdent pendant une nuit. Les périodes paradoxales et non paradoxales alternent pour former des cycles de sommeil complets qui durent en moyenne 1,5 à 2 heures. Un sommeil de qualité est caractérisé par une douce transition, lorsque la personne passe d'une phase de sommeil à une autre, sans interruption, comme le montre le tableau qui suit.

Effets adverses du sommeil fragmenté¹

- Changements de comportement
- Déclin d'endurance physique
- Apathie
- Anxiété
- Dépression
- Déficit de connaissances
- Mobilité réduite
- Diminution du bilan physique, émotif ou cognitif
- Risque de chute



Pendant une nuit de 7-9 heures, nous traversons 4-5 cycles de sommeil. Chaque cycle compte 4 stades de sommeil.
Graphique gracieuseté de Empira

CONSEIL TENA® :

Les soignants peuvent favoriser le sommeil sans interruption en évaluant les besoins en soins pour l'incontinence de chaque personne et en mettant en œuvre l'utilisation de produits très absorbants, le cas échéant.

Avantages d'une bonne nuit de sommeil – L'effet d'entraînement positif

Des études indiquent qu'une bonne nuit de sommeil favorise le rétablissement physique et mental et peut entraîner un ou plusieurs effets positifs parmi les suivants :

- Vivacité d'esprit accrue
- Plus de tolérance à l'endurance physique
- Consommation réduite d'antidouleurs et de sédatifs
- Capacité accrue de se nourrir soi-même
- Résidents plus heureux et en meilleure santé
- Accroissement de l'appétit
- Un milieu plus paisible, la nuit comme le jour



Stratégies visant à réduire les interruptions et à améliorer la qualité du sommeil des résidents²

Programmes visant à réduire le bruit :

- Demander au personnel de parler à voix basse
- Réduire la circulation dans les chambres
- Éviter le volume élevé à la télé et à la radio
- Baisser le volume des téléphones dans les chambres et dans les unités

Programmes visant à réduire la lumière :

- Utiliser des lampes de chevet de faible intensité, au lieu de l'éclairage éblouissant des plafonniers
- Utiliser des rideaux qui rendent la pièce sombre

Pratiquer la stimulation diurne :

- Encourager les personnes à participer aux activités
- Décourager l'excès de siestes durant le jour

Approche interdisciplinaire :

- Former chaque membre du personnel sur l'importance du sommeil ininterrompu

Examen des médicaments

Demandez au médecin ou au directeur médical d'examiner le profil médicamenteux des résidents, incluant les heures d'administration des médicaments.

- Revoir les régimes posologiques pour éliminer ou remplacer les médicaments qui causent des interruptions de sommeil
- Prévoir l'effet des diurétiques afin de minimiser les éliminations nocturnes
- La maîtrise de la douleur est une composante essentielle de l'amélioration du sommeil et doit être revue constamment
- Les somnifères devraient être utilisés à doses minimales afin d'obtenir un cycle de sommeil normal

Les trois R d'un programme de formation :

- **R**emplacez les rondes transitionnelles de nuit
- **R**établissez de bonnes habitudes de sommeil chez les résidents
- **R**écompensez chaque personne pour une participation positive

Suivre, évaluer et revoir le programme continuellement

Pour une approche interdisciplinaire, ralliez :

- Personnel infirmier
- Directeur médical
- Résidents
- Membres des familles
- Votre représentant TENA
- Assistants en soins de santé/ préposés de services de soutien à la personne
- Activités
- Alimentation
- Pharmacie



CONSEIL : Facteurs de risque pour la peau du périnée

LE SAVIEZ-VOUS? La peau surhydratée est plus perméable aux substances irritantes, plus facilement colonisée par des bactéries et pose un plus grand risque de lésion cutanée.

Humidité

La peau du périnée risque d'être exposée à une humidité excessive en présence d'urine, de transpiration, de selles et de nettoyage avec de l'eau et du savon. Ces facteurs, en fonction de leur fréquence et du volume présent, sont proportionnels au risque de lésion cutanée. Une exposition continue à l'humidité cause une surhydratation de la peau, qui mène en retour à la macération. La surhydratation abaisse la barrière protectrice de la peau, permettant aux produits chimiques et agents pathogènes d'y pénétrer.

Colonisation de microorganismes

La perte de barrière protectrice cutanée accroît le risque d'absorption de substances bactériennes nocives indésirables. Le risque d'infection secondaire est plus élevé en présence d'incontinence urinaire et/ou fécale car la personne est exposée à des bactéries irritantes et à des enzymes digestives qui se trouvent normalement dans les selles. Les personnes obèses et celles qui ont des plis cutanés profonds, ou encore celles qui souffrent de diabète ou de troubles immunitaires sont particulièrement vulnérables à ces infections cutanées secondaires.

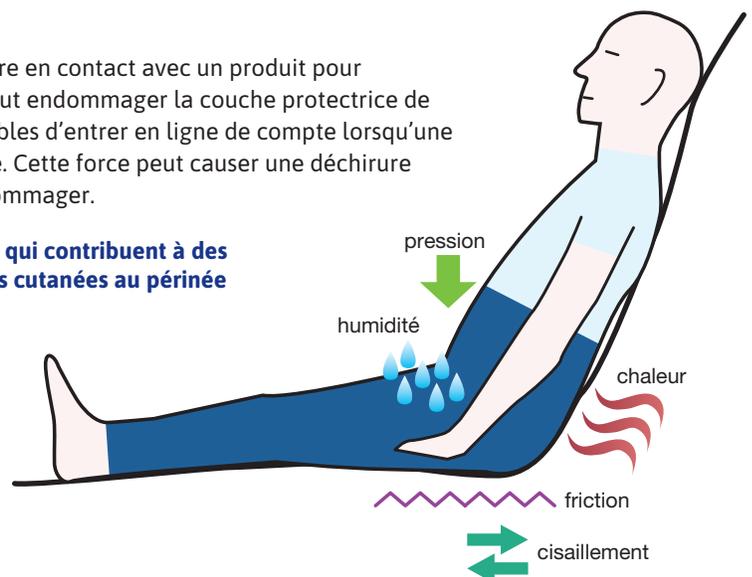
pH de la peau

Une peau normale maintient un pH légèrement acide (4,5 à 5), alors que la peau du périnée qui est exposée à l'incontinence urinaire ou fécale tend à être plus alcaline (5 à 6). Plusieurs facteurs contribuent à cette alcalinité, incluant la présence d'urée, d'ammoniac, de transpiration et de bactéries. Même en l'absence d'incontinence, une exposition prolongée à l'humidité résultant de la transpiration fait augmenter le taux d'alcalinité de la peau pour atteindre un pH d'environ 7,1. L'exposition à l'urine ou à des selles liquides fait grimper le pH encore plus haut, vers 8 ou plus, ce qui fait augmenter le risque de dermatite associée à l'incontinence (DI) de façon radicale. De plus, l'utilisation de certains savons peut aussi augmenter l'alcalinité de la peau.

Friction et cisaillement

En état de surhydratation, la friction produite lorsque la peau entre en contact avec un produit pour l'incontinence, des vêtements, la surface du lit ou d'une chaise peut endommager la couche protectrice de la peau (couche cornée). Des forces de cisaillement sont susceptibles d'entrer en ligne de compte lorsqu'une personne immobile est repositionnée dans son lit ou sur sa chaise. Cette force peut causer une déchirure dans les couches plus profondes des tissus de la peau ou les endommager.

Facteurs qui contribuent à des blessures cutanées au périnée



CONSEIL TENA® :
Une routine de soins périnéaux efficace allié à l'usage d'un nettoyant au pH équilibré et de produits hautement absorbants peut aider à minimiser le risque de lésion cutanée du périnée des personnes incontinentes.

Prévenir les blessures cutanées au périnée avant même qu'elles ne commencent est un élément crucial de tout programme efficace de gestion de l'incontinence.

Évaluation cutanée et nettoyage : étapes cruciales pour une peau saine

Il est crucial de nettoyer et d'inspecter tous les plis cutanés avec soin car la chaleur et l'humidité tendent à s'y accumuler. Ces plis sont souvent oubliés, alors qu'ils représentent un foyer idéal de croissance bactérienne.

- **Chez les hommes :** rétracter le prépuce (s'il est présent), puis inspecter et nettoyer le gland du pénis et la région inférieure du scrotum, sans oublier les plis inguinaux.
- **Chez les femmes :** ouvrir doucement les grandes et petites lèvres, puis inspecter et nettoyer la muqueuse, incluant la voûte vaginale distale.
- **Dans les deux cas :** séparer doucement le pli fessier, puis inspecter et nettoyer l'anus. Ouvrir en douceur les plis cutanés, puis inspecter et nettoyer les surfaces sous-jacentes, particulièrement si la personne est obèse, ou si elle souffre de diabète sucré ou de troubles immunitaires.

RÉDUIRE LE RISQUE DE BLESSURE CUTANÉE CHEZ LES PERSONNES INCONTINENTES

1. Réduire l'exposition à l'humidité	Visites à la toilette; produits absorbants de qualité; protection cutanée
2. Éviter le contact cutané avec les selles	Retirer les selles promptly; nettoyer et hydrater la peau avec des produits doux au pH équilibré
3. Réduire la friction et le cisaillement	Méthode adéquate de soulèvement et de repositionnement; coussins pour protéger les protubérances osseuses et les zones exposées
4. Maintenir la fonction barrière de la peau	Nettoyer la peau en douceur et l'hydrater avec des produits doux au pH équilibré
5. Rapporter tout cas de rougeur, d'éruption ou de lésion cutanée	Inspecter la peau régulièrement lors de l'administration de soins périnéaux
6. Assurer une alimentation adéquate	Favoriser un apport nutritionnel sain, sans oublier les liquides

CONSEIL TENA® :
Pour évaluer l'intégrité de la peau et détecter des signes d'infection secondaire, la peau du périnée devrait être inspectée à fond et nettoyée en douceur.

Glossaire

Cisaillement : Abrasion de la peau à la suite de friction, habituellement associée à des ecchymoses ou à des déchirures dans les couches profondes de la peau.

Érosion : Processus selon lequel des couches cutanées sont usées, en surface.

pH de la peau : Mesure du taux d'acidité ou d'alcalinité. L'échelle du pH s'étend de 0 à 14, où 7 représente la neutralité. L'échelle augmente avec le taux d'alcalinité et diminue avec celui de l'acidité.

Macération : Condition de la peau où la surhydratation compromet la capacité de la peau d'agir en barrière contre l'absorption indésirable d'eau, de produits chimiques et d'agents pathogènes.

Références :

Examining Threats to Skin Integrity - Ruth A. Bryant RN, MS, CWOCN, and Bonnie Sue Rolstad RN, BA; CWOCN Ostomy/Wound Management Vol. 47 (6) 18-26 juin 2001
Assessment of Diaper-Clogging Potential of Petrolatum Moisture Barriers - Cindy L. Zehrer, BSN, MSN; Diane Newman, RNC, MSN, FAAN et al Ostomy/Wound Management 2005; 51(12):54-58
Intact Skin - An Integrity Not to Be Lost - R. Gary Sibbald, MD, FRCPC(Med)(Derm); Karen Campbell, RN, MScN, NP et al Ostomy/Wound Management 2003;49(6):27-41





CONSEIL : Facteurs de risque posés par les produits barrières courants pour la peau

LE SAVIEZ-VOUS? Les produits barrières courants pour la peau risquent d'influencer le rendement des produits absorbants jetables qui sont couramment utilisés pour gérer l'incontinence.

Méprises courantes au sujet des barrières pour la peau

- Les produits absorbants pour l'incontinence (serviettes, culottes protectrices, culottes) sont conçus pour bien travailler avec les produits barrières courants ...**FAUX**

FAITS

- Le taux d'absorption d'urine diminue significativement avec l'utilisation de produits barrières.¹
- Les cliniciens doivent être conscients des effets possibles des barrières cutanées sur l'efficacité des produits absorbants.¹

Conseil TENA® :
Beaucoup de produits barrières courants utilisés conjointement avec des produits absorbants pour l'incontinence pourraient augmenter le risque d'obstruction des produits et réduire leur capacité d'absorption et d'acquisition d'urine.

Quels sont les AVANTAGES et les DÉSAVANTAGES des produits barrières courants?

Barrière	Contenu	AVANTAGES	DÉSAVANTAGES
Lotion	Teneur plus élevée en eau; doit être appliquée plus souvent pour hydrater la peau	<ul style="list-style-type: none"> • Aisance d'application dans les zones de peau sèche • Bon marché et accessible 	<ul style="list-style-type: none"> • Souvent utilisée de façon inappropriée pour retirer les selles de la zone du périnée
Liquide formant une pellicule barrière	Certains contiennent de l'alcool, de l'acétone ou les deux	<ul style="list-style-type: none"> • Aisance d'application • Application uniforme • Permet de voir la peau en dessous • Ne retient pas les contaminants • Sensibilisation faible 	<ul style="list-style-type: none"> • Risque de brûler ou de picoter à l'application
Onguent ou pâte d'oxyde de zinc	Plus visqueux et tenace qu'un onguent; difficile à retirer si l'application est incorrecte (couche épaisse, quantité abondante), barrières occlusives, interfère avec l'absorption d'urine dans les culottes protectrices ou les serviettes ¹	Bon marché et facile à obtenir	<ul style="list-style-type: none"> • Bloque la vue de la peau en dessous lorsqu'il est appliqué de façon inappropriée (couche épaisse, quantité abondante) • Malpropre et difficile à retirer, causant plus d'irritation à la peau endommagée si l'application est incorrecte • Risque de contamination nécessitant le retrait • Peut empêcher l'absorption d'autres produits (serviettes, culottes)
Onguents à base de petrolatum et autres produits du genre	Eau dans l'huile - petrolatum ou lanoline; plus épais que les crèmes; barrières occlusives; interférence possible avec l'absorption du liquide dans les culottes ¹	Bon marché et facile à obtenir	<ul style="list-style-type: none"> • Allergènes potentiels • Préviennent souvent l'absorption des produits (serviettes, culottes)

La prévention de blessure à la peau du périnée est une composante cruciale de tout programme de gestion de l'incontinence fructueux.

Pourquoi les soins cutanés sont-ils si importants?

La prévention des lésions cutanées avant qu'elles se développent est une préoccupation importante pour les personnes incontinentes. L'utilisation d'un produit nettoyant de bonne qualité pour la peau du périnée peut aider à éliminer les problèmes causés par l'eau et le savon. Ce dernier n'est pas recommandé car il assèche la peau et endommage le manteau acide de la fonction barrière protectrice de la peau.² L'utilisation de produits de soins périnéaux de haute qualité dotés de propriétés hydratantes peut aider à prévenir l'irritation cutanée dans les régions sensibles avant même qu'elle ne commence. L'utilisation de nettoyants pour soins cutanés au pH équilibré peut réduire le besoin de recourir aux produits barrières pour la peau courants.

Facteurs associés à l'incontinence qui contribuent aux lésions cutanées



Références : 1. Assessment of Diaper-Clogging Potential of petroleum Moisture Barriers. Cindy L. Zehrer, BSN, MSN, Diane K. Newman, RNC, MSN, FAAN, Gary L. Grove, PhD, James B. Lutz, MS, CCRA, *Ostomy/Wound Management*, décembre 2005; 51(12): 54-58. 2. Beeckman D, Schoonhoven L, Verhaeghe S, et al. Prevention and treatment of incontinence-associated dermatitis: literature review. *J Adv Nurs* 2009; 65(6): 1141-54. cité dans Beeckman D et al. Proceedings of the Global IAD Expert Panel. Incontinence associated dermatitis: moving prevention forward. *Wounds International* 2015. Téléchargement disponible à l'adresse : www.woundsinternational.com. 3. Source: Intact Skin - An Integrity Not to be Lost - R. Gary Sibbald, MD, FRCOC(Med)(Derm), Karen Campbell, RN, MScN, NP, CNS, Patricia Coutts, RN, Douglas Green, BSc, PhD, MBA, *Ostomy/Wound Management*, juin 2003; vol 49. Numéro 6. 4. Beldon 2008 (2 pics of unhealthy skin)



CONSEIL : Prendre soin de personnes obèses

LE SAVIEZ-VOUS? L'obésité est un problème grandissant. Dans le monde entier, plus de 600 MILLIONS d'adultes sont obèses. Ce chiffre a plus que doublé depuis 1980.¹

Dommmages cutanés associés à l'humidité

Bon nombre de personnes obèses ont des plis cutanés profonds et lourds qui rendent souvent difficiles l'hygiène personnelle et la prise du bain. Il arrive régulièrement que les personnes obèses présentent des lésions cutanées et des éruptions dues à l'humidité et la friction. C'est ce qu'on appelle la dermatite intertrigineuse (DIT).

La DIT constitue l'un des nombreux problèmes cutanés causés par l'humidité. La dermatite associée à l'incontinence (DI) en est un autre. Plus d'information sur la DI se trouve dans le conseil TENA - DI. Les lésions cutanées associées à l'humidité sont souvent appelées « dommages cutanés associés à l'humidité » (DCAH).

Les personnes obèses risquent l'exposition à l'humidité résultant de la transpiration et peuvent aussi souffrir d'incontinence. Il est essentiel de garder les plis cutanés propres et au sec pour éviter d'endommager davantage la peau.³⁵

Protéger l'intégrité de la peau et gérer les odeurs

Les odeurs sont causées par plusieurs facteurs. Les plis cutanés profonds entraînent la transpiration et l'excès d'humidité. L'humidité dans ces plis cutanés peut à son tour favoriser une croissance accrue de bactéries et de champignons. Les bactéries et les champignons peuvent causer des odeurs, ce qui peut être gênant et humiliant pour les personnes obèses et leurs familles. La gamme de produits Soins cutanés TENA est issue d'une formule au pH équilibré qui aide à gérer les odeurs en s'assurant que le manteau acide demeure normal. Il est essentiel de nettoyer la peau après les épisodes d'incontinence. Un nettoyant émulsifiant sans rinçage et au pH équilibré est un moyen efficace de veiller à ce que la peau conserve son manteau naturel.

La crème nettoyante TENA 3 en 1 est un nettoyant sans rinçage qui peut être utilisé comme une mesure proactive sur la peau qui n'est pas abîmée. Les propriétés émulsifiantes de la crème TENA 3 en 1 contribuent à hydrater et apaiser la peau.

Toute infection constatée doit être évaluée et traitée à l'aide d'un traitement établi de façon appropriée avec l'aide du médecin. Il est important de s'assurer que la peau reste propre et au sec, et que les plis cutanés ne sont PAS séparés par la literie, des pansements et des compresses.²

Chaque augmentation
de 5 unités de l'IMC est liée
à une augmentation de
20 % à 70 %
du risque d'incontinence
quotidienne²

CONSEIL TENA® :
Inspectez et examinez
régulièrement les régions
de la peau qui sont plus
sujettes aux lésions et
protégez la peau du périnée
pendant les routines de
soins pour
l'incontinence

Conseil relatif aux meilleures pratiques

- Si l'incontinence est une source de préoccupations, utiliser des produits absorbants qui fournissent le niveau d'absorption adéquat selon les besoins de la personne, en s'assurant qu'ils soient de la bonne grandeur et bien appliqués
- Prendre contact avec des experts afin qu'ils puissent conseiller sur le traitement le plus efficace
- Garder la peau propre et au sec en utilisant un nettoyant au pH équilibré



L'obésité rend les soins plus difficiles

L'excès de poids exerce une pression supplémentaire sur la vessie qui mène souvent à l'incontinence.

Les résidents obèses sont susceptibles de connaître :

- Des fuites causées par des produits absorbants mal ajustés
- Une hygiène personnelle difficile à cause de l'incapacité d'atteindre des régions du corps³
- Des irritations et des infections cutanées liées à l'humidité dans les plis cutanés et à la transpiration accrue^{3,5}

Minimiser les défis liés aux visites à la toilette

Les personnes obèses peuvent éprouver des difficultés à aller à la toilette en raison de leur immobilité et de leur taille relatives. Un positionnement adéquat, la difficulté à bouger, la grosseur des toilettes et la sécurité peuvent poser des problèmes. Beaucoup de personnes obèses souffrent d'incontinence d'effort. Il est important qu'un conseiller formé en incontinence procède à une évaluation pour déterminer les besoins uniques des personnes avant de faire des recommandations.

Solutions en matière de soins pour l'incontinence

Les serviettes de taille standard peuvent ne pas être bien ajustées et entraîner des fuites imprévues et la perte de dignité. Les **culottes TENA® Bariatriques** sont conçues pour répondre aux besoins spécifiques des personnes plus corpulentes ou plus grandes et fournir des soins qui offrent plus de dignité et plus de confort.

- **Tailles plus grandes** pour le confort et la sécurité accrues des personnes plus corpulentes
- Meilleur ajustement et zones extensibles sécuritaires pour une protection accrue
- **Technologie respirante TENA® ConfioAir®** - Les culottes TENA Stretch^{MC} aident à maintenir l'équilibre entre l'hydratation et le microclimat pour une meilleure santé de la peau⁶
- Maîtrise des odeurs pour une fraîcheur accrue

Références : **1.** Obesity and overweight. WHO fact sheet, juin 2016. **2.** Subak LL et al. Obesity and Urinary Incontinence: Epidemiology and Clinical Research Update. J Urol. 2009;182:S2-S7. **3.** Gallagher S, et al. Preplanning with protocols for skin and wound care in obese patients. Adv Skin Wound Care, octobre 2004;17(8):436-441; quiz 442-443. **4.** Hahler B. Morbid obesity: a nursing care challenge. Medsurg Nurs, avril 2002;11(2):85-90. **5.** Cowdell F and Radley K. Skin hygiene for patients with bariatric needs. Nurs Times, 11-17 juin 2014;110(24):22-23. **6.** Étude sur le microclimat menée sur 30 sujets testés, les culottes TENA Stretch^{MC} Ultra dotées de la technologie respirante ConfioAir[®] ont démontré des taux d'humidité inférieurs c. aux culottes TENA Stretch^{MC} Ultra.



CONSEIL : Dermatite associée à l'incontinence (DI)

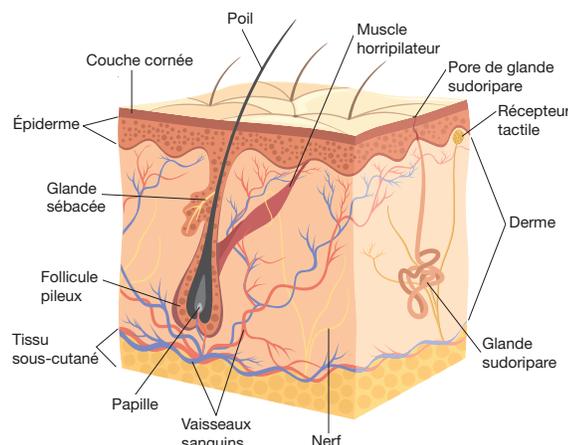
LE SAVIEZ-VOUS? Beaucoup de personnes placées sous vos soins risquent de souffrir de fuites d'urine et/ou de selles pouvant causer une condition de la peau appelée « dermatite associée à l'incontinence » (DI).

Structure de la peau

La peau est le plus grand organe et l'un des plus importants organes du corps humain. Il assume un certain nombre de fonctions :

- Fournir une barrière protectrice contre les irritants, les produits chimiques, les bactéries et les agents pathogènes
- Protéger les muscles sous-jacents, les os et les organes
- Prévenir la perte d'humidité
- Maintenir la flore cutanée normale avec un équilibre du pH légèrement acide
- Empêcher la croissance de bactéries indésirables
- Permettre le sens du toucher
- Aider à garder le corps à la bonne température

La peau est composée de deux couches principales : la couche externe, l'épiderme, et le derme qui est situé juste en dessous. Dans l'épiderme, des cellules cutanées sont éliminées chaque jour quand nous faisons notre toilette, nous habillons, faisons de l'exercice ou nous grattons. Ces cellules se renouvellent. Le derme comprend des structures importantes, comme les terminaisons nerveuses, qui nous permettent de toucher, les vaisseaux sanguins, les follicules pileux, et les glandes uropygiennes et sudoripares, qui aident à régler la chaleur du corps. D'autres composants, dont le collagène, confèrent l'élasticité à la peau.



Peau âgée

Avec l'âge, le remplacement cellulaire dans l'épiderme ralentit et le derme ne produit pas autant de graisse, de collagène ou d'huiles. Voilà pourquoi la peau des personnes âgées semble mince et ridée plutôt que souple et lisse. Ces changements signifient que la surface de la peau n'agit plus comme une forte barrière protectrice. La peau devient très fragile et très délicate, et risque d'être endommagée par les ecchymoses, les déchirures et particulièrement l'inflammation lorsqu'elle est exposée à l'urine et aux selles.

Dermatite d'incontinence

L'exposition de la peau à l'urine et aux selles peut causer la DI, surtout lorsque :

- Les produits absorbants ne sont pas de la bonne grandeur ou ne sont pas bien ajustés
- Le niveau d'absorption des produits ne convient pas à la personne
- Les nettoyages répétés sont requis, ce qui rend la peau humide et détremée (macération)

La peau macérée ne peut pas fonctionner de façon optimale. Elle a perdu sa fonction barrière. La perte de la fonction barrière de la peau entraîne l'exposition à plus d'humidité, de friction, de cisaillement, d'enzymes dans les selles et de bactéries.

Signes et symptômes

La dermatite associée à l'incontinence apparaît le plus souvent sous la forme d'une éruption cutanée rouge et douloureuse. Elle se manifeste habituellement sur le fessier et à l'arrière des jambes parce que ces régions sont les plus exposées à l'urine et/ou aux selles. La DI est décrite comme une « inflammation de la peau qui se produit quand l'urine ou les selles entrent en contact avec la peau du périnée ou la peau périgénitale » [traduction].¹

Les personnes qui souffrent de DI peuvent éprouver les éléments suivants :

- rougeurs
- éruptions
- ampoules
- douleurs et inconforts
- démangeaisons et picotements²

Minimiser le risque

CONSEIL n° un : Examiner régulièrement la peau selon le protocole de votre centre de soins

CONSEIL n° deux : Rapporter les changements et les problèmes au superviseur

Aucun produit ne peut remplacer l'aide importante que vous fournissez aux personnes placées sous vos soins, mais il existe des moyens de réduire le risque de DI.

CONSEIL n° trois : Garder la peau au sec

La moiteur endommage la peau. Garder la peau au sec grâce à la gamme de produits absorbants TENA représente une étape sur la voie de la prévention.

CONSEIL n° quatre : Collaborer avec l'équipe pour évaluer la personne afin de garantir le choix du bon produit

- Bon niveau d'absorption
- Bon ajustement
- Bonne grandeur

CONSEIL n° cinq : Laver la région affectée

Il est essentiel de nettoyer la peau après les épisodes d'incontinence. Un nettoyant émulsifiant sans rinçage et au pH équilibré est un moyen efficace de veiller à ce que la peau conserve son manteau naturel.

La crème nettoyante TENA 3 en 1 est un nettoyant sans rinçage qui peut être utilisé comme une mesure proactive sur la peau qui n'est pas abîmée. Les propriétés émulsifiantes de la crème TENA 3 en 1 contribuent à hydrater et apaiser la peau.

CONSEIL n° six : Protéger

Les crèmes barrières constituent une solution de protection efficace pour la peau vulnérable. Certaines crèmes sont conçues à titre de mesure proactive et peuvent être utilisées sur la peau vulnérable, mais pas abîmée. La crème barrière TENA convient parfaitement comme mesure préventive.

D'autres crèmes sont conçues pour aider à traiter la DI. La crème protectrice TENA convient parfaitement à la peau rouge et irritée parce qu'elle aide à prévenir une exposition prolongée à l'humidité.

Le savon peut assécher la peau et irriter la peau délicate. Une approche différente peut s'avérer utile en cas de dermatite d'incontinence :

- Si la peau d'une personne placée sous vos soins est lavée plus souvent qu'à l'habitude, il peut être plus judicieux d'utiliser un nettoyant spécialisé
- Le pH des savons ordinaires est souvent alcalin. Le taux d'alcalinité élevé peut favoriser la croissance bactérienne et perturber l'équilibre du taux d'hydratation de la peau²



CONSEIL TENA® :
Les pratiques d'hygiène régulières de la peau, en plus des produits TENA au pH équilibré et des produits absorbants TENA ConfioAir, peuvent équilibrer le taux d'hydratation.



CONSEIL : Prévention des chutes

LE SAVIEZ-VOUS? L'Organisation mondiale de la Santé entend par chute un événement à l'issue duquel une personne se retrouve, par inadvertance, sur le sol ou toute autre surface située à un niveau inférieur à celui où elle se trouvait précédemment. Les chutes peuvent survenir n'importe quand, n'importe où et à n'importe qui, peu importe l'âge.¹

Cependant, les personnes âgées, et en particulier celles qui résident dans un centre de soins infirmiers, sont le plus à risque.² Les conséquences d'une chute peuvent inclure diverses morbidités³, dont les fractures de la hanche qui entraînent l'hospitalisation, et la perte de dignité, de la qualité de vie et de la confiance⁴

Lorsqu'une personne âgée tombe, ses activités générales sont réduites considérablement, accentuant souvent la peur de tomber à nouveau, une faiblesse musculaire et une diminution des fonctions corporelles.⁵

Causes des chutes

- Plus de 400 facteurs de risque distincts⁵ des chutes ont été définis.
- Le risque le plus fréquent est l'âge. Plus la personne est âgée, plus l'incidence de chutes signalées est élevée.⁶
- Dans le contexte d'un centre de soins, le risque de tomber augmente considérablement; près de la moitié des résidents qui vivent dans des centres de soins tombent chaque année.⁷
- Les chaussures mal ajustées, les vêtements longs et les appareils inappropriés (dont les aides à la marche, les orthèses et les prothèses qui ne fonctionnent pas) présentent tous des risques intrinsèques.
- Les médicaments, en particulier, les somnifères (sédatifs), les antidépresseurs et la polypharmacie (l'utilisation de trois médicaments ou plus) peuvent accroître le risque de chute.⁶

Vérification pour la prévention des risques

- L'Association des infirmières et infirmiers autorisés de l'Ontario (AIAO) (2017) recommande de procéder à une évaluation approfondie afin de déterminer les facteurs de risque et l'intervention appropriée.⁸
- Des stratégies d'intervention qui tiennent spécifiquement compte des constatations multifactorielles personnalisées de l'évaluation sont ensuite recommandées. Ces stratégies peuvent inclure les suivantes : l'entraînement de l'équilibre et de la force physique, l'évaluation des dangers, l'évaluation de la vision et l'examen des médicaments.⁵

Facteurs de risque de chute

- Chutes précédentes
- Faiblesse musculaire
- Médicaments et polypharmacie
- Troubles de la vue ou de l'équilibre
- Chaussures mal ajustées
- Déficience cognitive
- Démarche difficile et déséquilibre
- Incontinence
- Troubles du sommeil⁹

CONSEIL TENA® :

Il existe un équilibre délicat entre la réduction du risque de chute et la permission accordée aux résidents d'être autant que possible indépendants. L'évaluation du risque doit être continue et non un événement unique, en plus de mettre en présence les résidents, le personnel, les membres des familles, l'équipe interdisciplinaire et les visiteurs.



Facteurs environnementaux

Bien que les facteurs de risque liés à l'environnement soient nombreux, ils ne sont pas tous évidents. Il faut effectuer une vérification de routine des surfaces qui peuvent devenir mouillées ou glissantes. Désencombrer les lieux et supprimer les obstacles aideront aussi à prévenir les chutes.

Le tableau qui suit présente des risques et des dangers additionnels.⁸

Comportementaux	Biologiques	Environnementaux	Socioéconomiques
<ul style="list-style-type: none"> • Aller vite : ne pas faire attention • Prendre des risques (p. ex.: monter sur une chaise) • Inactivité physique • S'occuper de deux tâches à la fois • Utiliser des appareils fonctionnels de manière erronée • Porter des chaussures sans soutien • Consommer des substances (p. ex.: drogues et alcool) 	<ul style="list-style-type: none"> • Âge avancé et(ou) fragilité résultant de l'âge • Chutes précédentes • Certaines affections (p. ex.: dégénérescence maculaire, glaucome, démence) • Problèmes d'équilibre, démarche difficile ou mobilité réduite, dont un handicap, une amputation, une faiblesse musculaire (surtout aux jambes), des réflexes ralentis (capacité réactive) • Déficiences cognitives : confusion ou altération de l'état mental, délire • Troubles de la vision • Incontinence urinaire impérieuse⁹ • Malnutrition et sarcopénie (perte de masse musculaire et de force) • Vertige, étourdissements • Interruptions de sommeil • Hypotension orthostatique 	<ul style="list-style-type: none"> • Éclairage naturel ou artificiel insuffisant, trop vif, causant des reflets • Motifs du recouvrement du plancher qui empêchent de constater le changement d'étage (rampes/marches), tapis effiloché, revêtement mince sur des surfaces dures (n'amortit pas une chute) • Aucune rampe d'appui d'un côté ou de l'autre des escaliers, surface usée ou glissante • Manque de points de repos (chaises) dans les longs corridors, aucune rampe • Portes battantes • Chaises basses et coussinées sans accoudoirs, chaises qui se déplacent facilement ou avec roulettes • Toilettes instables • Manque d'équipement de transfert adéquat (lève-personne de baignoire, appareil de levage, etc.) • Tapis mal fixés, carpettes sans couche antidérapante, lits et chaises trop bas ou trop hauts, articles indispensables (p. ex.: dispositif d'alarme) hors de portée dans la chambre 	<ul style="list-style-type: none"> • Incapacité à acheter des chaussures appropriées, des médicaments et des aliments nutritifs • Faible niveau de compétences en matière de lecture

Références : 1. Organisation mondiale de la Santé (2019) Violence and Injury Prevention, Falls, disponible à l'adresse : https://www.who.int/violence_injury_prevention/other_injury/falls/en/ (consulté le 6 juin 2019). 2. Organisation mondiale de la Santé (2018) Aging and Health Key Facts, disponible à l'adresse : <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health> (consulté le 1er juin 2019). 3. Rubenstein, L. Z. (2006) 'Falls in older people: epidemiology, risk factors and strategies for Prevention', Age and Ageing, 35 (suppl_2), ii37-ii41, disponible à l'adresse <https://doi.org/10.1093/ageing/af084> (consulté le 20 juin 2019). 4. Means, K. M., O'Sullivan, P. S., Rodell, D. E. (2003) 'Psychosocial effects of an exercise program in older persons who fall' Journal of Rehabilitation Research and Development, 40 (1), pp 49-58, disponible à l'adresse : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15150720> (consulté le 9 juin 2019). 5. National Institute for Health and Care Excellence. (2017) Falls in older people Quality Standard, disponible à l'adresse : <https://www.nice.org.uk/guidance/qs86/chapter/quality-statement-2-multifactorial-risk-assessment-for-older-people-at-risk-of-falling#quality-statement-2-multifactorial-risk-assessment-for-older-people-at-risk-of-falling> (consulté le 9 juillet 2019). 6. deJong, M.R., Van der Elst, M., Hartholt, K.A (2013) 'Drug related fall in older patients: implicated drugs, consequences and possible prevention strategies' Therapeutic Advances in Drug Safety 4 (4) pp147-154, disponible à l'adresse : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4125318/> (consulté en janvier 2020). 7. Cameron, E. J., Bowles, S. K., Marshall, E. G., & Andrew, M. K. (2018) 'Falls and long-term care: a report from the care by design observational cohort study', BMC Family Practice, 19 (1), 73, disponible à l'adresse : <https://doi.org/10.1186/s12875-018-0741-6> (consulté le 6 juin 2019). 8. RNAO (2017) Preventing Falls and Reducing Injury from Falls, 4^e éd., disponible à l'adresse : https://rnao.ca/sites/rnao-ca/files/bpg/FALL_PREVENTION_WEB_1207-17.pdf (consulté le 13 février 2020). 9. Chiarelli, P. E., Mackenzie, L. A., Osmotherly, P. G. (2009) 'Urinary incontinence is associated with an increase in falls: a systematic review', Australian Journal of Physiotherapy 55 p 89-95, disponible à l'adresse : <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0004951409700388> (consulté le 15 octobre 2018). 10. International Continence Society (2015) Fact Sheets A Background to Urinary and Fecal Incontinence, disponible à l'adresse : <https://www.ics.org/Documents/Documents.aspx?DocumentID=3102> (consulté le 2 juin 2019). 11. Ambrose et al., 2015; Ambrose et al., 2013; Boelens et al., 2013; Callis, 2016; Deandrea et al., 2013; Flaherty & Josephson, 2013; Gleeson et al., 2014; NICE, 2013; Papaioannou et al., 2015; Rice et al., 2015; Vieira et al., 2011; Wallis & Campbell, 2011; Zhao & Kim, 2015, cité dans le RNAO PBG.



CONSEIL : Éviter et gérer les lésions de pression

LE SAVIEZ-VOUS? Les lésions de pression sont courantes dans tous les milieux de soins de santé. Les personnes âgées sont particulièrement exposées à ce risque. La mobilité réduite, le mauvais état nutritionnel, l'incontinence et le déclin cognitif sont quelques-uns des facteurs pouvant entraîner et augmenter le risque de lésion de pression.¹ Ces lésions de pression peuvent être douloureuses, et difficiles et coûteuses à traiter. La prévention est d'or.

Qu'est-ce que les lésions de pression et quelles en sont les causes?

Les lésions de pression affectent la peau et les tissus sous la peau. Elles se produisent lorsqu'une surface cutanée est exposée à une trop forte pression, exercée sur des os saillants ou au contact prolongé d'un dispositif médical.² La pression comprime les vaisseaux sanguins, réduisant l'apport d'oxygène et de nutriments à la peau et aux tissus sous la peau.

Le manque d'oxygène et de nutriments entraîne des lésions cutanées. Les lésions de pression peuvent être légères, lorsque la peau affectée est décolorée mais sans rupture, ou graves et causer une plaie ouverte, où les tissus sous la peau et même les os risquent d'être exposés.

Classement des lésions de pression :²

Les lésions de pression peuvent se développer très rapidement et la peau abîmée peut devenir sensible aux infections. Les lésions de pression sont classées selon leur gravité.

Étape 1 des lésions de pression :

La peau est intacte avec rougeur non blanchie.

Étape 2 des lésions de pression :

La perte de peau est visible, la surface est ouverte et peut sembler rose ou rouge et boursouflée.

Étape 3 des lésions de pression :

Il y a une perte de peau sur toute son épaisseur là où le tissu adipeux est exposé. La plaie ressemble à une cavité.

Étape 4 des lésions de pression :

Il y a une perte de peau et de tissus sur toute leur épaisseur là où un ou plus d'un des éléments suivants peuvent être exposés : muscles, tendons, ligaments, cartilage ou os.

Lésion de pression inclassable :

Il y a une perte de peau et de tissus sur toute leur épaisseur là où un sphacèle et(ou) une escarre rend la lésion difficile à classer.

Qui court un risque plus élevé de lésion de pression

Les personnes atteintes d'une condition qui réduit les mouvements, comme :

- Accident vasculaire cérébral
- Déclin cognitif
- Sclérose en plaques
- Maladie de Parkinson
- Obésité
- Arthrite (maladie des articulations)

Les personnes qui ont une mauvaise circulation, comme :

- Diabète
- Insuffisance cardiaque congestive
- Asthme et autres affections respiratoires

Les personnes souffrant :

- D'incontinence urinaire
- D'incontinence fécale
- Celles qui sont exposées à l'incontinence urinaire et fécale courent un risque plus élevé

Comment éviter les lésions de pression ?

Les lésions de pression peuvent être douloureuses, et difficiles et coûteuses à traiter. La prévention est d'or. Une évaluation du risque de lésion de pression devrait être réalisée pour chaque résident. Des exemples de ces évaluations incluent l'échelle de Waterlow et l'échelle de Braden. Une fois l'évaluation du risque terminée, il est nécessaire d'élaborer un plan de soins. Ce plan de soins est adapté aux besoins particuliers de la personne et contient les mesures nécessaires pour réduire le risque de lésion de pression et éviter que d'autres lésions ne se développent. Certaines des considérations qui pourraient être incluses dans le plan sont le changement régulier de position, des surfaces allégeant la pression, un régime sain et équilibré, la promotion de la consommation de liquides et l'inspection régulière de la peau.³

L'hygiène efficace en cas d'incontinence inclut la gestion du microclimat avec :

- Les produits absorbants TENA avec ConfioAir®
- Une routine de soins de la peau au pH équilibré avec la gamme de Soins cutanés TENA

CONSEIL TENA® :

Si vous pensez qu'une personne est à risque ou que sa peau est devenue foncée sur une surface de pression, avisez votre directeur ou superviseur.

Comment gérer les lésions de pression ?

Les lésions de pression nécessitent une gestion individualisée puisqu'elles peuvent prendre du temps à guérir. La gestion efficace inclut les étapes suivantes¹ :

1. Évaluation individuelle
 - évaluation des lésions
 - évaluation du risque
2. Établissement des objectifs
 - objectifs pour la prévention
 - objectifs pour la guérison
 - objectifs pour les lésions qui ne guérissent pas
 - qualité de vie
3. Engager une équipe interdisciplinaire
 - équipe de soins compétente
 - client et famille
4. Mise en œuvre du plan de soins
 - évaluer l'intégrité de la peau atteinte à l'aide de pratiques exemplaires qui reposent sur des preuves
5. Évaluer et réexaminer

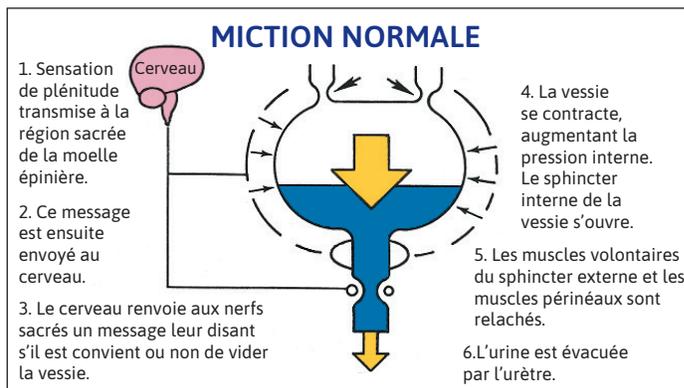
Références : 1. Norton et al (2018) Best practice recommendations for the prevention and management of pressure injuries Wounds Canada, disponible à l'adresse : <https://www.woundscanada.ca/docman/public/health-careprofessional/bprworkshop/172-bpr-prevention-and-management-of-pressure-injuries-2/file> (consulté le 13 janvier 2020). 2. Orsted et al (2016) A new way of looking at pressure injuries. Wound Care Canada 14 (2) pp 10-13, disponible à l'adresse : <https://www.woundscanada.ca/docman/public/wound-care-canada-magazine/2016-14-n°2/98-a-new-way-of-looking-at-pressure-injuries/file> (consulté le 13 janvier 2020). 3. RNAO (2016) Assessment and Management of pressure injuries for the interprofessional team, 3^e éd., disponible à l'adresse : https://rno.ca/sites/rno-ca/files/PI_BPG_FINAL_WEB_June_10_2016.pdf (consulté le 13 janvier 2020)



CONSEIL : Soins réparateurs pour favoriser la continence

LE SAVIEZ-VOUS?

La compréhension des habitudes d'évacuation normale d'un résident aide à déterminer le plan de soins le plus approprié pour favoriser la continence.



CONSEIL TENA® :
Mettre au point un plan de soins après avoir effectué une évaluation précise à l'aide d'un journal de miction qui favorise le plus haut niveau de soins pour l'incontinence. Choisir les produits qui appuient ce plan.

COMMENT CHOISIR LES BONS PRODUITS

- **Gravité de l'incontinence** - La grandeur et le taux d'absorption du produit doivent correspondre au niveau d'incontinence. Si le produit est souvent sec ou sous-utilisé, procéder à une nouvelle évaluation vers un taux d'absorption plus léger.
- **Programme de visites aux toilettes** - Les serviettes et les culottes protectrices sont faciles à utiliser et peuvent contribuer à la promotion de la continence et de l'indépendance.
- **Sexe** - Recherchez des produits adaptés au sexe pour combler des besoins propres à l'anatomie des hommes et des femmes.
- **Ajustement** - L'ajustement est important. Les produits trop serrés, trop amples ou trop grands entraînent une absorption inégale, des fuites et des irritations de la peau.
- **Aisance d'utilisation** - Est-ce que le produit favorise l'indépendance ? Est-ce qu'il facilite l'adhésion au programme de visites aux toilettes, tant pour le résident que pour le personnel?
- **Le produit doit emprisonner l'urine loin de la peau** - Lorsqu'il est bien appliqué, est-ce que le produit est assez absorbant pour garder la peau et les vêtements au sec entre les visites aux toilettes et les changements de produits?



- **Préserver la dignité et le confort du résident** - Choisir des produits qui absorbent sans être volumineux, afin de favoriser le confort et de minimiser la détection des produits sous les vêtements. Grâce aux progrès technologiques, il existe de nouveaux produits plus profilés qui ne présentent aucun compromis en matière de protection.
- **Éviter le doublage de produits** - Les produits ne sont pas conçus pour produire un bon rendement en étant superposés. Le volume ainsi créé risque d'endommager la peau et d'emmagasiner l'humidité.
- **Besoins diurnes et nocturnes** - Chaque personne a des besoins particuliers qui peuvent changer la nuit. Tenez compte des moyens disponibles pour favoriser la continence et l'utilisation de la toilette, par exemple les marchettes, les chaises d'aisance, les urinoirs et l'évacuation incitative.

Un plan de soins réparateurs personnalisé peut faire une différence !

Pour en savoir plus, renseignez-vous au sujet de la bibliothèque vidéo TENA® :

- Rôle du préposé au soutien à la personne dans les soins réparateurs : intestin et vessie
- Rôle de l'infirmière dans l'entraînement de la vessie
- Modules de TENA U
- Pensez à TENA® Portraits™ pour donner à chaque personne le produit approprié à tout moment de la journée.



Pour de plus amples renseignements, contactez-nous :
1.800.510.8023 | www.tenaprofessionals.ca
 @TENA_Canada

TENA®, ConfioAir® et TENA UltraFlush® sont des marques déposées de Essity, Produits de santé et d'hygiène, AB.
TENA ProSkin, TENA ProSkin Stretch™ sont des marques de commerce de Essity, Produits de santé et d'hygiène, AB.
©Essity, Produits de santé et d'hygiène, AB., 2022



131337 F22 - .5M

