



La toilette

La toilette devrait être un moment relaxant où l'on s'occupe exclusivement de soi... sauf que la maladie change la donne ! Voici nos conseils pour que ce moment soit le plus agréable possible..

Préparer la salle de bain

La salle de bain peut très vite se révéler source de danger pour la personne malade : elle peut s'enfermer à l'intérieur et se retrouver coincée ou bien encore glisser ou se couper avec un objet. Pour éviter cela nous vous conseillons de vérifier le système de fermeture, de bien éclairer la pièce, d'installer des barres d'appui, de poser des tapis antidérapants, de vérifier que le lavabo et les étagères ne sont pas encombrés et qu'aucun ustensile coupant n'est accessible.

Même si la personne n'est plus totalement autonome, elle peut continuer à exprimer un besoin d'intimité. Comme vous le feriez pour vous, occulter les fenêtres et refermer la porte sans la verrouiller peut satisfaire ce besoin.

Adapter le déroulement à la personne

Votre proche a un problème de mobilité ? La toilette au lavabo est peut-être plus adaptée. Votre proche est gêné de se montrer nu ? Ne déshabiller que les parties du corps que vous comptez laver sera probablement plus confortable. Votre proche n'arrive pas à rester en place ? Laver une partie du corps chaque jour est une solution. Le lavage des cheveux est délicat ? Le séparer de la toilette ou utiliser un shampoing à sec peuvent simplifier cette tâche.



Désorientée ?

Ce qu'il ne faut pas oublier

Afin d'éviter que votre proche ne se brûle, nous vous conseillons de vérifier systématiquement la température de l'eau. Au moment de la sortie de douche ou de baignoire, un tapis de bain préviendra les glissades.

Et surtout, encouragez et félicitez votre proche tout au long de sa toilette pour le stimuler !

Au moment de la toilette, votre proche peut devoir ôter ses lunettes ou son appareil auditif. C'est tout naturellement qu'elle se sentira désorientée. Si vous la guidez par vos mots ou vos gestes, vous la rassurerez et lui donnerez le temps de s'habituer à la situation.