

Les plaies de pression, appelées aussi **escarres** sont causées par un manque d'irrigation sanguine au niveau de la peau et des muscles. Ceux-ci ne sont plus nourris en oxygène et donc s'abîment.

Cette absence de circulation sanguine est due à une compression prolongée des vaisseaux sanguins causée principalement par une immobilisation au lit ou au fauteuil.

Elle peut occasionner des **plaies** principalement au niveau du coccyx, des hanches, des talons et de la tête.

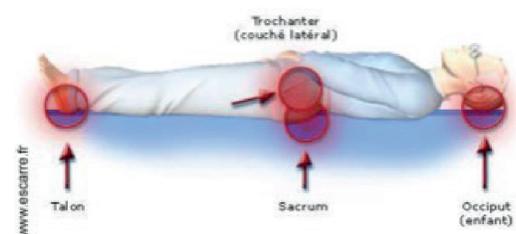
Ces plaies peuvent être aggravées par la dénutrition.

Pour lutter efficacement contre les plaies de pression aussi appelées escarres, il faut :

- Mobiliser le patient (changer de côté, de position)
- Utiliser du matériel de prévention (matelas, coussin)
- Veiller à une bonne alimentation et hydratation

### Ce que **NOUS** faisons pour éviter des plaies de pression

- Nous changeons **fréquemment** la personne de position.
- Nous maintenons une bonne **hygiène** de la peau et évitons la macération.
- En cas d'incontinence, nous changeons **régulièrement** les protections.
- Nous observons **quotidiennement** l'état cutané.
- Nous nous assurons que l'**alimentation** est suffisante et adaptée.
- Nous encourageons à boire **régulièrement** et **en quantité suffisante** (si pas de contre-indication médicale).
- Nous utilisons des **matelas dynamiques spécifiques**.



### Ce que **VOUS** et **VOS PROCHES** pouvez faire pour éviter des plaies de pression

- Si le patient peut bouger, il lui est recommandé de **changer de position**. N'hésitez pas à le lui rappeler lors de vos visites.
- S'il doit rester alité et qu'il n'y a pas de contre indication médicale, il est conseillé de **surélever ses talons** (mettre un coussin sous les mollets).
- S'il n'y a pas de contre indication médicale, encourager le à **bien boire et manger**.

« Plaie de pression:  
une pour tous, tous  
contre une ! »