

Prendre soin de la peau facilement lésé

Prévenir et gérer les dommages cutanés liés à l'humidité

Plaies Canada a développé un guide simple qui peut être utilisé par les patients et leurs partenaires de soins afin de prévenir et gérer les dommages cutanés liés à l'humidité. Il donne des conseils de quoi faire pour aider à prévenir cette condition et à reconnaître les signes de complications s'ils surviennent.

Qu'est-ce qu'un dommage cutané lié à l'humidité (DCAH)?

L'humidité qui demeure trop longtemps sur la peau peut la détériorer sous forme de brûlures, des éruptions cutanées et des lésions ouvertes. Les sources d'humidité incluent:

- Urine et/ou selles: *dermatite associée à l'incontinence (DAI)* ou plus communément appelée *l'érythème fessier*
- Sueur, salive ou mucus: appelé *intertrigo* ou *dermatite intertrigineuse (DIT)*
- Fluide (écoulement/drainage) des plaies: appelé *DCAH périlésionnels*
- Fuite de stomie : appelée *DCAH péri-stomiques*
- Humidité sur un pied: appelée *pied d'immersion (PI)* ou *pied de tranchée* (nommé ainsi suite aux pieds de soldats de la Première Guerre mondiale qui restaient debout pendant des jours ou des semaines dans des tranchées mouillées).

Le résultat d'un contact trop prolongé entraîne généralement le même type de résultats et ce, peu importe le type de peau (voir le tableau de page 2): une peau rouge, brillante, durcie, serrée ou gonflée, avec ou sans une déchirure cutanée. Les personnes atteintes d'un DCAH se plaignent souvent de brûlures ou de douleurs dans la région affectée.



Les dommages péri-lésionnels cutanés liés à l'humidité.

Avertissement: 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.

Tableau 1: La différence entre les types de DCAH


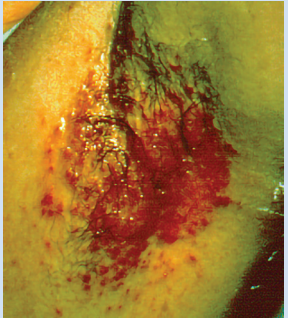



Types de DCAH	Apparence	Causes courantes
<p>A. Dermatite associée à l'incontinence (DAI)</p>		<p>La DAI est une lésion cutanée qui se produit lorsque des fluides liés à l'incontinence (l'incapacité de contrôler les intestins et/ou la vessie) restent sur la peau. Les lésions cutanées se situent généralement au niveau des aines, des fesses et des cuisses. Des selles fréquentes ou des diarrhées peuvent également provoquer des lésions cutanées dans cette région.</p>
<p>B. Dermatite intertrigineuse (DIT) ou intertrigo</p>		<p>La DIT survient généralement dans les régions où la peau est en contact direct peau à peau, comme dans les plis cutanés, sous les bras, aux plis du cou, sous les seins ou dans l'aîne. Porter des tissus non «respirants» peut contribuer à ce problème d'humidité.</p>
<p>C. DCAH péri-lésionnel</p>		<p>Les DCAH péri-lésionnels peuvent être causés par un écoulement/drainage excessif (fluide) d'une plaie ou par l'irritation des produits appliqués sur la plaie même ou autour d'elle. L'utilisation d'un type de pansement inadéquat pour la plaie peut causer ce problème.</p>
<p>D. DCAH péri-stomique</p>		<p>Les DCAH péri-stomiques peuvent se produire autour d'une stomie, une ouverture dans le corps créée pendant une procédure chirurgicale appelée ostomie. (La nouvelle ouverture peut être permanente ou temporaire.) Il existe différents types de stomies.</p> <p>Les stomies urinaires ou fécales éliminent les déchets du corps et peuvent provoquer des DCAH en raison d'une mauvaise application ou de la mauvaise étanchéité d'un appareil (poche). Les DCAH peuvent également se produire autour des trachéotomies (une ouverture dans le cou pour Débit d'air vers les poumons), qui peuvent provoquer des fuites de mucus. Les gastrostomies créent des ouvertures dans l'estomac pour l'apport de nutriments et peuvent provoquer également des fuites de fluide qui peuvent entraîner des DCAH. Les appareils de trachéotomie et les tubes de gastrostomie peuvent également provoquer une irritation de la peau.</p>
<p>E. Le pied d'Immersion (PI)</p>		<p>Si un pied reste trop longtemps mouillé à cause de l'humidité – et même à cause de la sueur – qui ne sèche pas, la peau peut se détériorer. Les chaussures faites de matériaux qui ne «respirent» pas, comme les bottes en caoutchouc ou les chaussures en plastique, peuvent causer ce problème.</p>

Photo avec les compliments de LM Parsons

Comment peut-on prévenir les DCAH?

La prévention des DCAH consiste à protéger la peau contre l'humidité, qu'elle provienne de l'urine et/ou des selles, de la sueur, de la salive, des muqueuses, du drainage/écoulement des plaies, du liquide de stomie ou de l'eau. Les méthodes utilisées dépendent alors du type de DCAH que vous essayez de prévenir:

A. Dermatite associée à l'incontinence (DAI)

1. Immédiatement après un épisode d'incontinence, retirez les vêtements ou les serviettes ou produits d'incontinence souillés.
2. Nettoyez la peau immédiatement avec de l'eau chaude savonneuse ou une solution nettoyante pour la peau. Asséchez en épongeant.
3. Hydratez la peau et appliquez une barrière cutanée pour protéger la peau. Si des produits à base de zinc sont utilisés, ne frottez pas pour éliminer l'excès de zinc - il n'est pas nécessaire d'éliminer tout le zinc à chaque changement. Appliquez le produit plus souvent si la personne a fréquemment des selles liquides.

Les produits d'incontinence peuvent jouer un rôle important dans la prévention et la gestion de la DAI. De nos jours, les produits absorbants évacuent l'humidité de la peau et aident à la garder au sec. C'est idéal pour les bébés et les personnes qui ne peuvent pas contrôler leurs intestins et/ou leur vessie.

Toutefois, selon la situation, votre fournisseur de soins de santé peut suggérer l'utilisation d'une bassine ou d'une chaise d'aisance pour toute personne ayant peu de mobilité et/ou ayant besoin d'aide pour se déplacer. Dans certains cas, un cathéter vésical peut être recommandé; il en existe trois types (à demeure, intermittent et externe) votre professionnel de la santé recommandera le bon si cela est requis. Il existe également des produits de rétention fécale qui peuvent également être recommandés par votre professionnel de la santé.

Organisez des visites régulières à la toilette (une routine de toilette programmée) pour prévenir les épisodes d'incontinence.

B. Dermatite intertrigineuse (DIT):

Les personnes dont la peau est en contact permanent avec la sueur, la salive ou les muqueuses peuvent prendre plusieurs mesures pour prévenir les irritations cutanées, surtout lorsque le contact peau à peau est normal (aisselles, sous le cou et les seins, à l'aîne).

- Portez des vêtements amples et légers en tissus naturels ou des vêtements de sport qui évacuent l'humidité de la peau.
- Portez des vêtements de soutien, tels que des soutiens-gorge, pour réduire le contact peau à peau.
- Au moins une fois par jour, lavez et séchez les régions humides dans tous les plis de la peau, comme sous le cou, sous les aisselles, sous les seins, à l'aîne et partout où de la peau est en contact avec d'autres peaux. Évitez l'utilisation de talc, de poudres à base d'amidon de maïs et de crèmes barrières dans ces régions.
- Évitez de mettre une partie des draps du lit, des tissus et des serviettes dans ces régions, car ces articles peuvent retenir davantage l'humidité et la maintenir sur la peau. Votre fournisseur de soins de santé peut vous aider à trouver un matériel qui évacue l'humidité pour la placer sur ces régions à risque.

C. Le DCAH périlésionnels:

Pour prévenir les dommages à la peau autour d'une plaie:

- Travaillez avec votre professionnel de la santé pour s'assurer que la cause de l'humidité provenant de la plaie est traitée. La cause d'une augmentation du drainage/écoulement de la plaie peut être un traumatisme accru, une lésion répétée ou une infection. L'humidité peut généralement être traitée avec un pansement plus approprié ou des traitements supplémentaires tels qu'un antibiotique.
- Protéger la peau autour d'une plaie (périlésionnelle) avec une barrière cutanée, un film ou un pansement hydrocolloïde. Votre fournisseur de soins de santé peut vous aider à trouver les produits corrects.

D. DCAH péri-stomiques:

- Assurez-vous que la cause de l'humidité est traitée soit par des instructions supplémentaires sur l'application de l'appareil, soit en changeant d'appareil de stomie plus efficace pour vous. Il est préférable de consulter un professionnel de la santé spécialisé tel qu'une infirmière spécialisée dans les plaies, les stomies et la continence (NSWOCC).
- Protégez la peau autour d'une gastrostomie ou d'une trachéotomie avec une barrière cutanée et un pansement absorbant.

E. Pied d'Immersion (PI):

Si vous transpirez excessivement des pieds, si vous passez de longues périodes avec les pieds mouillés, ou si vous portez des chaussures qui gardent l'humidité à l'intérieur, vous risquez d'avoir le pied d'immersion. Les conseils suivants vous aideront à réduire ce risque.

- Utilisez des matériaux respirants pour les chaussettes et les chaussures.
- Si vous pratiquez normalement des activités qui nécessitent de marcher dans des conditions humides, assurez-vous de porter des chaussures imperméables, puis retirez vos chaussures immédiatement après avoir terminé l'activité.
- Examinez vos pieds quotidiennement pour vous assurer qu'ils ne sont pas endommagés.

Les soins généraux de la peau:

Quelle que soit la source d'humidité, si vous, ou une personne dont vous prenez soin présentez un risque de DCAH, le nettoyage et l'inspection quotidiens de la peau sont essentiels pour éviter une détérioration de la peau. Recherchez quotidiennement les signes d'humidité et nettoyez délicatement les régions à risque avec de l'eau tiède, un savon doux au pH équilibré et une serviette douce et propre (un nettoyant pour la peau sans rinçage fonctionne également). Rincez bien et séchez en épongeant doucement avec une serviette propre et douce (ne frottez pas la peau avec la serviette). Asséchez bien entre les orteils et sous les plis de la peau.

Comment traiter les dommages cutanés liés à l'humidité?

Si vous ou votre proche subissez des dommages cutanés liés à l'humidité, la première chose à faire est d'éliminer la cause du problème afin que la peau cesse d'être irritée et qu'elle ait une chance de guérir. Si l'irritation est légère, gardez la région propre et sèche. Dans un jour ou deux, vous devriez voir d'amélioration. La plupart des lésions cutanées légères causées par l'humidité peuvent être traitées de cette manière. Cependant, il est parfois nécessaire de faire appel à un professionnel de la santé pour obtenir de l'aide. Si l'une des situations suivantes se présente, il est temps de contacter un professionnel.

- Si les mesures ci-dessus ne permettent pas d'améliorer la peau irritée
- Si votre peau vous démange beaucoup ou si en la grattant, cela aggrave la situation
- Si vous ne pouvez pas contrôler la cause de dommage causés par l'humidité
- Lorsqu'il y a une augmentation de l'humidité, de la douleur, de l'odeur, de la rougeur ou de la taille de la plaie

Votre professionnel de la santé évaluera la peau et émettra des recommandations pour gérer la source d'humidité et guérir la peau. Il peut recommander l'utilisation d'un des nombreux produits topiques que l'on retrouve en vente libre à la pharmacie.

ATTENTION:

Les organismes tels que les levures, les champignons (fungus) et les bactéries sont attirés par les régions sombre, chaudes et humides et sont souvent présents où il y a des DCAH. Ces infections doivent généralement être traitées par un professionnel de la santé.



LA SÉRIE DE SOINS À DOMICILE

Prendre soin de la peau facilement lésé

Prévenir et gérer les dommages cutanés liés à l'humidité

Contributeurs:

Robert Ketchen
Crystal McCallum
Heather L. Orsted
Laurie Parsons
Sue Rosenthal

Experte clinique en Français:

Virginie Blanchette

Traductrice:

Marina Yassa

Plaies Canada
P.O. Box 35569, York Mills Plaza
North York, ON M2L 2Y4
416-485-2292
www.woundscanada.ca

© 2021 Canadian Association of Wound Care
Imprimé au Canada · Dernière mise à jour 2021 07 21 · 1944r1F

Avertissement: 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.