

## **Conseils pour prendre soin de votre segment amputé et de votre prothèse.**

Ce document comprend des conseils et des rappels pour vous aider à prendre soin de votre membre résiduel et de votre prothèse.

### **Soins de la peau :**

Une bonne hygiène de votre segment amputé réduit des problèmes de peau. Il faut bien prendre soin de la peau qui est en contact direct avec votre prothèse de façon méticuleuse afin de prévenir des problèmes tels que des irritations cutanées, des ampoules et des infections.

Le meilleur moment pour laver votre membre amputé est le soir. Si cela n'est pas possible, assurez-vous que votre peau soit toujours parfaitement sèche avant de remettre votre prothèse. Il faut assécher votre peau doucement sans la frotter. L'hygiène de la peau veut dire qu'il faut laver votre membre amputé au moins une fois par jour avec un savon doux comme celui utilisé pour votre corps. Il n'est pas recommandé d'utiliser un savon antibactérien ou parfumé. Un petit coton-tige peut être utilisé pour bien nettoyer les replis de la peau ou des cicatrices plus profondes.

Durant les soins de votre segment amputé, profitez-en pour l'inspecter et vérifier s'il y a des plaies, des rougeurs ou des éruptions cutanées. Vous pouvez utiliser un miroir pour un examen complet de la peau, ou avoir quelqu'un pour vous aider si vous avez des problèmes avec votre vision. Les marques de pression de votre prothèse peuvent être présentes quelques minutes après le retrait de votre prothèse. Si elles persistent après 10 à 15 minutes, vous devez consulter votre prothésiste pour des ajustements.

L'emboîture de votre prothèse crée un milieu étanche à l'air, chaud et humide où peuvent s'accumuler les huiles naturelles de votre corps et la sueur. Cela crée un environnement qui peut encourager la croissance des bactéries et le développement d'infection. La peau humide a tendance à se blesser plus facilement donnant une entrée facile aux bactéries dans le corps et pouvant entraîner des infections. Si votre peau est très irritée, échauffée ou enflée, consultez votre médecin ou votre prothésiste.

Évitez l'application de lotions et de crèmes sur votre membre amputé avant de porter votre prothèse, surtout si vous utilisez un manchon de gel ou de silicone (sauf si ceci est recommandé par votre prothésiste comme instruction de chaussage). Pour hydrater ou soigner votre membre amputé n'utilisez pas de lotions à base d'alcool, car elles ont tendance à assécher la peau.

### ***Voici quelques rappels :***

- n'utilisez pas de poudre sur votre segment amputé
- ne rasez pas votre peau parce que les poils qui repoussent peuvent devenir des poils incarnés
- n'utilisez pas d'alcool ou de lotions parfumées

### **Transpiration :**

Une transpiration importante est fréquente avec le port de manchon de gel ou de silicone, particulièrement pendant les premières semaines d'utilisation. Il faut peut-être enlever votre prothèse durant la journée pour nettoyer et assécher votre moignon. Certains produits antisudorifiques non parfumés peuvent être efficaces mais soyez prudent en les utilisant car ils peuvent provoquer des irritations cutanées. Avant de les appliquer sur votre segment amputé, toujours les essayer en petite quantité sur une autre région de votre corps. Voici quelques exemples de produits antisudorifiques: Certain Dry, Harid extra sec, Gel Hydrosal et Drysol. Consultez votre médecin ou votre prothésiste pour avoir plus d'informations.

### **Soins prothétiques :**

Un des premiers conseils pour garder votre segment amputé en santé est de toujours porter une interface propre. Ceci inclut vos bas ou votre manchon de type silicone.

### ***Entretien des bas :***

- Bas de nylon :  
Le bas de nylon mince aussi appelé gaine de nylon que vous portez directement sur votre peau doit être changé à tous les jours. Il peut être lavé à l'eau tiède dans la machine au cycle délicat, avec un détergent doux et aucun agent de blanchiment. Il peut être séché par culbutage à basse température.
- Bas :  
Les bas devraient aussi être changés tous les jours et lavés en suivant les instructions sur l'emballage. Différents fabricants peuvent indiquer des conditions de soins différents selon les fibres utilisées, par exemple les bas de laine, coolmax, lycra, superwash, etc. La plupart des bas peuvent être lavés à la machine au cycle délicat avec un détergent doux et aucun agent de blanchiment. Selon les instructions, plusieurs bas peuvent être séchés à la machine au cycle délicat.

### **Soins du manchon :**

Un manchon est souvent utilisé comme première interface entre la peau et la paroi de l'emboîture interne de la prothèse afin de protéger votre segment amputé et offrir confort et/ou suspension. Les manchons sont disponibles en différents matériaux tels que le silicone, le gel, le copolymère ou l'uréthane. Votre prothésiste pourra vous dire quel type de manchon vous portez.

Votre manchon doit être nettoyé tous les jours et bien rincé pour éliminer toutes traces de savon. Les résidus de savon peuvent provoquer des éruptions cutanées. Il faut s'assurer de bien sécher l'intérieur du manchon avec une serviette et toujours le retourner à sa position originale (par exemple le côté avec le tissu vers l'extérieur). Bien faire sécher le manchon à l'air loin de toute source de chaleur externe. Le tissu extérieur, s'il est humide, séchera pendant la nuit.

***Manchon en silicone:*** le manchon de silicone est facile à nettoyer car il n'absorbe pas l'eau

- De l'eau et du savon doux sont recommandés (savon pour " laver la vaisselle " pour peaux sensibles) pour laver le manchon de silicone.
- Si le manchon n'a pas de tissu à l'extérieur vous pouvez le stériliser dans l'eau bouillante.
- L'alcool (alcool éthylique ou isopropylique) peut être utilisé une fois par semaine pour désinfecter le manchon. Il devra être relavé avec du savon doux et bien rincé. (Ne pas tremper le manchon dans l'alcool, mais plutôt verser une petite quantité d'alcool sur un chiffon propre et essuyer celui-ci).
- L'eau de Javel peut également être utilisée une fois par semaine pour éliminer les odeurs de transpiration en utilisant les proportions de volume suivantes: 1 partie d'eau de Javel pour 9 parties d'eau. Le manchon doit ensuite être relavé avec du savon doux et bien rincé.

### ***Manchon de gel ou copolymère \* :***

- Ce type de revêtement est également facile à nettoyer puisque ce matériau n'absorbe pas l'eau.
- Certains manchons ont une huile minérale de qualité médicale qui contribue à hydrater la peau sèche.

\* Se référer aux soins du manchon en silicone.

***Manchon en uréthane*** : l'uréthane absorbe les liquides, y compris la sueur.

- Une bonne discipline est très importante pour le nettoyage d'un manchon d'uréthane sur une base quotidienne avec de l'eau et du savon doux (savon pour "laver la vaisselle" pour les peaux sensibles).
- L'alcool n'est pas recommandé.
- Le peroxyde d'hydrogène peut être utilisé une fois par semaine ou au besoin pour un nettoyage plus profond. Le manchon doit ensuite être relavé avec du savon doux et bien rincé.
- La fécule de maïs diluée dans l'eau tiède peut aussi être utilisée au besoin pour un bon nettoyage.
- Toujours bien rincer tous les résidus de savon.

### **Soins des composants de la prothèse :**

Beaucoup d'autres composants prothétiques auront besoin de soins. Voici quelques exemples :

#### *L'emboîture de la prothèse:*

- L'emboîture doit être lavée à l'aide d'un chiffon avec de l'eau et du savon doux. L'eau de Javel utilisée une fois par semaine ou au besoin peut réduire les odeurs de transpiration (utiliser les proportions de volume suivantes: 1 partie d'eau de Javel pour 9 parties d'eau).

#### *Gaines de suspension ou ceintures :*

- Elles doivent être lavées à la main avec de l'eau et du savon doux.

#### *Les pieds prothétiques :*

- Les taches provenant de chaussures ou de "jeans" par exemple sont très difficiles à nettoyer. L' "Effaceur magique" de M.Net ou un savon liquide fort peuvent aider. Utilisez ces produits avec prudence puisque la finition de la coquille extérieure du pied peut être endommagée.

Consultez votre prothésiste pour toutes autres questions d'entretien et de soins pour votre prothèse et votre peau.