

## Utilisation de la baignoire

L'utilisation de la baignoire peut présenter des difficultés pour y pénétrer et s'en extraire, favorisant ainsi le risque de chutes et des efforts non négligeables. Des aides techniques existent donc pour faciliter les transferts (en passant par la position assise) pour prendre soit une douche soit un bain. Toutefois, elles ne sont pas toujours utilisables selon l'évolution de la maladie et la configuration de la baignoire (manque de rebord pour positionner le matériel). Ces 3 types d'aides techniques s'acquièrent chez les revendeurs médicaux (ni prescription médicale, ni remboursement sécurité social).

### DOUCHE

◆ **La Planche de bain** se pose sur les rebords de la baignoire avec des systèmes de fixation réglables ; elle peut permettre de prendre une douche en position assise.



◆ **Le Siège pivotant** dispose d'un dossier et d'accoudoirs assurant confort et sécurité, il pivote sur un axe central avec système de blocage. Il prend appui sur les bords de la baignoire mais ne permet pas l'immersion. La présence d'une tierce personne est souvent nécessaire pour favoriser le passage des jambes et le pivotement.



### BAIN

◆ **Le Siège élévateur** est réglable en hauteur par un système pneumatique ou électrique. En position haute le transfert est possible (comme avec la planche de bain), en position basse, il permet l'immersion dans l'eau, d'autant que le dossier est réglable en inclinaison.



## Le Lavabo

Il est indispensable d'opter pour un modèle sans colonne, de préférence peu profond avec un siphon déporté vers l'arrière (pour ne pas gêner le passage des jambes) et des tuyaux calorifugés pour éviter les brûlures.

Un robinet mitigeur (avec un long levier) doit être privilégié pour une manipulation plus aisée.

Un miroir inclinable ou posé sur le dessus du lavabo est nécessaire pour que la personne puisse faire sa toilette en position assise tout en se voyant.

L'éclairage est aussi un point important à respecter permettant au patient de se voir sans être gêné par des reflets.



Un modèle avec une forme concave facilite la toilette en position assise. La présence de rebords larges ou d'un plan vasque permet d'appuyer ses bras, d'accéder plus facilement à la robinetterie et de disposer à proximité du savon, brosse à dent, rasoir...



## Le bidet

On peut équiper les bidets de flexibles leur offrant la capacité d'être mobile. L'utilisation du bidet peut favoriser la toilette intime et celle des pieds, et grâce à la mobilité permettre un gain de place dans les petites salles de bain.



## Utilisation de la douche

L'idéal est de disposer d'une **douche de plain-pied** (*douche à siphon de sol ou à l'italienne*) afin de n'avoir aucun obstacle à enjamber ; malheureusement certaines contraintes architecturales ne permettent pas toujours son installation. Celle-ci doit répondre à certains critères :



- des dimensions suffisantes pour permettre la prise de douche en position assise (90x90cm minimum)
- un revêtement anti-dérapant
- des barres d'appui
- un robinet thermostatique ou mitigeur
- un siège de douche avec assise large, dossier voire accoudoirs. (Un fauteuil de jardin en plastique peut parfois suffire s'il assure confort et sécurité). Il existe de nombreux types de sièges : fixés au mur ou mobiles, avec ou sans roulettes, avec inclinaison du dossier et/ou de l'assise, avec une échancrure pour faciliter la toilette intime...
- présence d'un rideau de douche ou de parois de douche pour limiter les projections d'eau : éviter les modèles disposant d'un rail de fixation au sol pour ne pas créer d'obstacle à enjamber. Il existe des **parois de douche à mi-hauteur**.



L'installation de **pompe de relèvement** ou pompe à eau permet d'obtenir un accès de plain pied lorsque l'installation d'un siphon de sol n'est pas possible, ce système permet d'aspirer l'eau rapidement.



Il est parfois difficile voire impossible d'adapter des receveurs de douche classique, surtout lorsque la hauteur de rebord à enjamber est importante et que les dimensions du receveur sont étroites. Cependant, la présence de plans inclinés, de caillebotis, de barres d'appui, d'un siège de douche mobile ou fixe peut sécuriser la prise de douche et limiter la fatigue selon les capacités motrices de la personne.



## Les Toilettes

La **mini douchette** pour WC peut faciliter une hygiène intime et limiter les transferts. On peut aisément raccorder la douchette à tous systèmes d'évacuation.



Pour se relever plus aisément des toilettes, il faut parfois envisager de rehausser l'assise. Il est toujours plus facile de se relever d'une assise haute, toutes proportions gardées. Plusieurs solutions peuvent s'envisager soit :



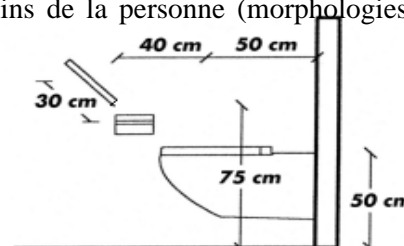
-remplacer la cuvette par une **cuvette rehaussée** (entre 46 et 50cm de haut sans la lunette contre 38/40cm habituellement)



-placer une **cuvette suspendue** dont on définira, au préalable, la hauteur d'assise adaptée.

-acquérir un **rehausse WC** proposant une hauteur adaptée (de 5 à 15cm) et disposant d'un système de fixation fiable (Cf. revendeur médical).

La pose de **barres d'appui** est également souhaitable pour sécuriser les transferts. Le modèle, l'orientation et la hauteur de fixation seront à définir selon les besoins de la personne (morphologies, capacités motrices...) et les contraintes architecturales.



Normes pour les ERP :