

L'hygiène personnelle

Bien gérer son incontinence : votre bien-être assuré !

Associée à un éventuel traitement, l'utilisation de protections urinaires adaptées au type d'incontinence rencontrée contribuera au bien-être de la personne affectée.

Sachez également que des produits de soins et de protection de la peau existent pour améliorer le confort de la personne et de son entourage (personnel soignant ou famille) ainsi que des produits complémentaires aux protections urinaires comme des alèses et des produits de soins pour les personnes alitées.



Proximité Santé asbl

Rue Malibran, 49
1050 Ixelles

Tel: 02/644.51.31

Fax: 02/644.51.33

Courrier: info@proxi-sante.be

N'hésitez pas à nous contacter pour plus de renseignements sur les différents conseils et services que nous pouvons vous proposer.

Notre action :

DES CONSEILS ET DES SERVICES d'aide à la personne à domicile dans un cadre social et de santé.

Une gamme de fiches Santé disponible pour vous!

Être Maman
Prévenir et soigner les escarres
Protéger son dos
Accessibilité de la chambre
Accessibilité de la salle de bain
Hygiène personnelle
Surveiller sa santé
Le bien-être



protection
confort
hygiène

- L'incontinence urinaire, une perte involontaire des urines, est un phénomène qui touche toutes les tranches d'âges, mais les personnes âgées et les femmes en sont les plus affectées.
- L'incontinence urinaire peut avoir plusieurs causes. Un trouble d'origine mécanique est le plus fréquent, caractérisé par une faiblesse des muscles du système urinaire. Ce relâchement musculaire se voit surtout à la suite d'un accouchement, d'un changement hormonal, ou peut être simplement lié au processus naturel de vieillissement. Certaines lésions physiques ou maladies neurologiques peuvent également causer des pertes urinaires.
- Ce sujet étant encore tabou pour notre société, les personnes rencontrant ce type de problème ont souvent beaucoup de mal à en parler. Votre médecin peut vous aider mais il existe aussi différents soins et traitements pour l'incontinence urinaire qui permettent parfois d'y remédier en tout ou en partie.



8% de la population souffre d'incontinence.

Chez les jeunes femmes, le pourcentage d'incontinence est de 10 à 15%, alors qu'il n'est que de 5% pour les hommes du même âge.

Au sein des populations plus âgées (70 ans environ), les différences face à la maladie s'estompent et presque autant d'hommes que de femmes souffrent d'incontinence.

Source : www.abena.fr

Évaluer, réagir, choisir

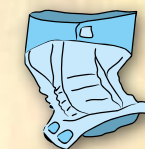
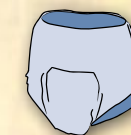
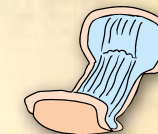
La meilleure façon de prévenir ou de réduire les effets de l'incontinence est de renforcer les muscles pelviens en effectuant des exercices. Consultez votre kinésithérapeute à ce sujet.

Différents traitements simples et efficaces peuvent soigner l'incontinence (rééducation vésicale, prise de médicaments, intervention chirurgicale...). Pour cela, nous vous conseillons de prendre contact avec votre médecin afin qu'il puisse établir un diagnostic et vous proposer des solutions.

Lorsque vous optez pour des protections sachez qu'elle sont adaptées à chaque forme d'incontinence. Il convient en effet, d'évaluer notamment le type d'incontinence (incontinence d'effort, par impériosité, de débordement ou permanente) ainsi que la mobilité et l'autonomie de la personne.

Lors du choix de protections adéquates, il faut tenir compte également du degré d'absorption nécessaire ainsi que de la taille et du modèle de protection souhaitée.

Il ne faut pas négliger de changer de protections régulièrement car une protection usagée peut engendrer des dégâts physiques (escarres, irritations, odeurs, ...) et des dégâts matériels (matelas abîmés, draps, fauteuils abîmés, ...).



Une grande variété de protections urinaires tels que des protections anatomiques pour hommes et femmes, des slips absorbants et une variété de langes avec ou sans ceinture sont disponibles en différentes tailles et pour différents degrés d'absorption.