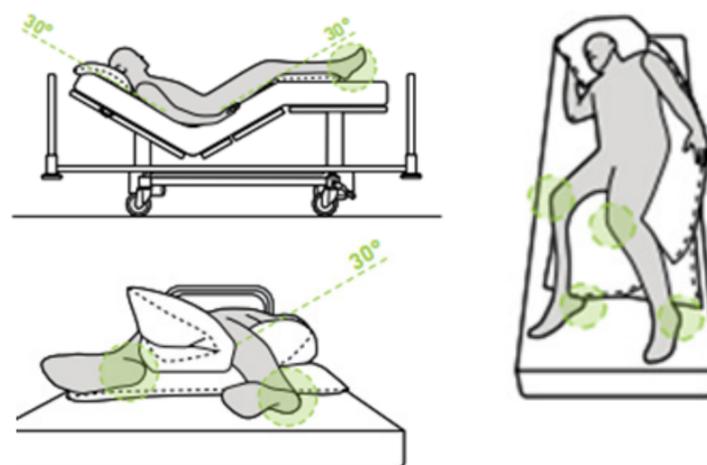


PRÉVENIR LES ESCARRES, L'AFFAIRE DE TOUS !

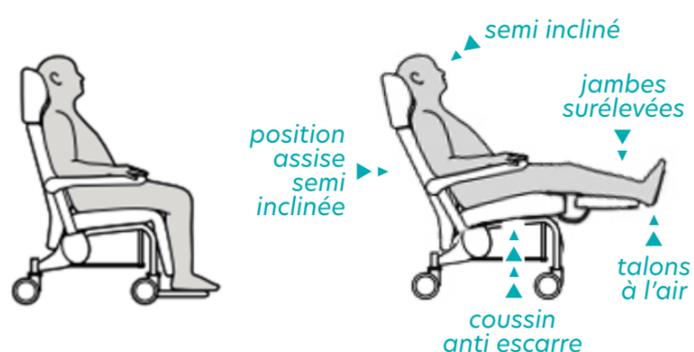
Les escarres ou plaies de pression sont des plaies cutanées dues à une immobilisation prolongée. Elles apparaissent sur les zones de pression comme les fesses ou les talons, mais peuvent être évitées avec des soins appropriés.

CONSEILS POUR ÉVITER UNE PLAIE DE PRESSION :

- 1 Mobiliser / changer régulièrement de position**
(minimum toutes les deux heures), seul ou avec l'aide d'un soignant si nécessaire



- 2 Utiliser des moyens de prévention :**
coussins supplémentaires, talonnières, ... : ils réduisent la pression sur les zones à risque



- 3 Garder la peau propre et sèche :** éviter l'humidité, nettoyer doucement la peau

- 4 Observer la peau :** toute apparition de rougeur qui persiste, de douleur ou plainte doit être signalée à l'équipe soignante

Le patient et sa famille ont un rôle important à jouer dans la prévention des escarres.
En cas de question ou de doute, l'équipe soignante est à votre écoute !