

La douche

Avant de commencer, vérifiez que le sol de la douche n'est pas glissant. Assurez-vous également qu'il y ait des poignées d'appui, un banc, un tapis en caoutchouc qui évitera à la personne de glisser. Un pommeau de douche amovible est également utile.

1. Assurez-vous que la température de la pièce est agréable.
2. Expliquez à la personne ce que vous vous apprêtez à faire.
3. Prévoyez un tabouret de douche au cas où la personne aurait besoin de s'asseoir.
4. Rassemblez tout le matériel dont vous aurez besoin – savon doux, gant de toilette, bassine, peigne, rasoir électrique, shampoing – et des vêtements propres.
5. Testez et ajustez la température de l'eau avant d'y faire entrer la personne dans la douche. Réglez le jet à une pression modérée.
6. Douchez et lavez d'abord les parties les moins sensibles du corps, par exemple les pieds.
7. Pour des raisons de sécurité, demandez à la personne de se tenir aux poignées d'appui ou de s'asseoir sur le tabouret de douche.
8. Déplacez le pommeau de douche autour de la personne plutôt que de lui demander de tourner sur elle-même.
9. Aidez la personne à se laver.
10. Guidez la personne hors de la douche et enveloppez-la dans une serviette.
11. Si nécessaire, faites asseoir la personne sur un siège ou la planche des toilettes.
12. Aidez la personne à se sécher et à s'habiller.

NOTE : Eloignez de la zone des ablutions tous les équipements électriques qui risqueraient d'être éclaboussés.

Auteur : Tiré de *The Comfort of Home™* :
Caregiver Journal; CareTrust Publications © 2008