

# Les escarres

## Comment les prévenir?

**Solival** ASBL  
Wallonie  
Bruxelles

# Les escarres

## Comment les prévenir?

### Introduction

On estime qu'en Belgique, le problème des escarres touche entre 10 et 11% des patients soignés en milieu hospitalier.

A domicile aussi, le risque de l'apparition d'une escarre est souvent bien présente dans l'entourage d'une personne qui reste souvent dans la même position, dans son fauteuil ou son lit.

Les causes du développement de l'escarre sont multiples et peuvent provenir de différents facteurs liés à l'état de santé de la personne (l'immobilité, la perte de sensibilité, la dénutrition, l'incontinence,...) et à leur environnement direct (l'étirement de la peau, l'humidité,...).

Les conséquences d'une escarre représentent tant des désagréments certains pour les personnes (hospitalisation,...) qu'une charge financière (coût des soins cliniques) pour les personnes et pour la sécurité sociale.

Pourtant, une prévention adéquate, mise en place à temps, peut, dans la majorité des cas, diminuer efficacement le risque d'apparition ou d'aggravation d'escarres.

Pour vous aider à mieux comprendre la problématique, rappelons avant tout, la définition exacte d'une escarre, aussi appelée couramment par le personnel soignant plaie de pression.

## Les escarres

### Comment les prévenir?

1. Qu'est-ce qu'une escarre?	p3	8. Housse de lit et de coussin	p8
2. Le positionnement	p4	9. Le matériel d'aide et de prévention	p9
3. Le changement de position	p5	10. des aides financières	p11
4. Les massages	p6	11. Ne restez pas dans le doute	p11
5. L'hygiène de la peau	p6	12. Bibliographie	p11
6. L'incontinence	p7	13. Adresses utiles	p12
7. La nutrition	p8		

### 1 Qu'est-ce qu'une escarre?

On appelle escarre ou plaie de pression, une lésion de la peau pouvant aller jusqu'à une atteinte des tissus musculaires. Cette lésion est liée, entre autres, au fait que les tissus sont trop comprimés (compression des fins vaisseaux sanguins).



Escarre de stade 2

Le premier signe d'une escarre commence par une rougeur qui ne disparaît pas à la pression du doigt (stade 1), elle peut s'aggraver jusqu'à une nécrose progressive des tissus (stade 4), (à l'endroit où la peau n'est plus irriguée convenablement par les capillaires sanguins, les tissus meurent).

En fonction des positions, certains endroits du corps (saillies osseuses) sont plus susceptibles de développer des plaies de pressions (figure 1 et 2).

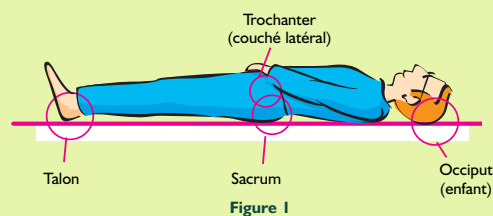


Figure 1

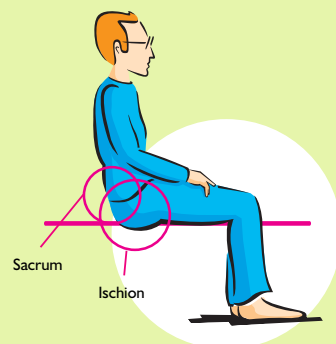


Figure 2

## Les escarres

### Comment les prévenir?

### 2 Le positionnement

La position influence l'intensité de la pression, une bonne installation va augmenter la surface de contact avec le support (lit ou fauteuil) et mieux répartir les pressions pour les diminuer.

Voici une présentation des principales positions.

#### La position couchée

##### • La position dorsale

Favorisez la position où la tête et le pied du lit sont relevés à 30°. Cette position est idéale pour prévenir les escarres (figure 3).

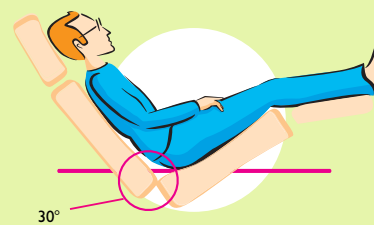


Figure 3

##### • Le coucher latéral

Adoptez une position à 30°, le corps formant un angle de 30° avec le matelas.

Ajoutez un soutien dorsal à l'aide d'un coussin formant un angle de 30°.

Les jambes sont fléchies au minimum au niveau des hanches et des genoux.

La jambe supérieure est posée à l'arrière de l'autre jambe avec une flexion de 30° au niveau de la hanche et de 35° au niveau du genou (figure 4).

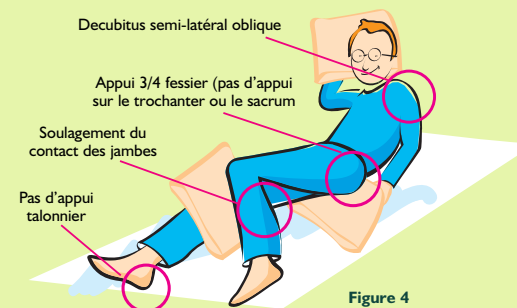


Figure 4

Le sacrum (figure 1 et 2) ne peut être en contact avec le matelas au risque de subir des pressions néfastes.

#### la position assise

Au lit, la position assise est à éviter. Si vous disposez d'un fauteuil inclinable de type relax, inclinez le dossier et ajoutez un tabouret (ou repose-jambe) afin d'assurer le maintien des jambes. De la sorte vous adopterez une position

## Les escarres

### Comment les prévenir?

1. Qu'est-ce qu'une escarre?	p3	8. Housse de lit et de coussin	p8
2. Le positionnement	p4	9. Le matériel d'aide et de prévention	p9
3. Le changement de position	p5	10. des aides financières	p11
4. Les massages	p6	11. Ne restez pas dans le doute	p11
5. L'hygiène de la peau	p6	12. Bibliographie	p11
6. L'incontinence	p7	13. Adresses utiles	p12
7. La nutrition	p8		

### 3 Le changement de position

*Les changements de positions sont essentiels pour éviter l'apparition d'escarres, car ils limitent la pression au niveau des zones à risque.*

#### Comment favoriser le changement de position ?

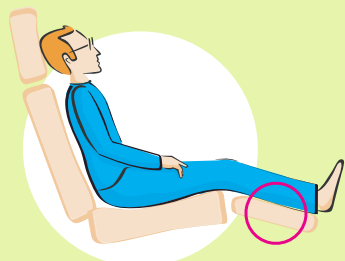
Si la personne peut se mouvoir seule, encouragez le déplacement et le changement de position régulier. L'utilisation d'une potence (perroquet) placée à proximité du lit ou du fauteuil permet de changer de position sans aide extérieure ou de faciliter le changement de position avec une aide extérieure.

Pour les personnes ne pouvant se mouvoir seules, une mobilisation passive réalisée par une tierce personne (l'infirmière, le kinésithérapeute, la famille,...) est à conseiller.

#### A quelle fréquence doit-on changer de position ?

La fréquence des changements de positions varie en fonction de plusieurs paramètres. Le nombre de changements de positions pourra être réduit si la personne est en position couchée plutôt qu'en position assise. En effet, les

Figure 5



similaire à celle conseillée plus haut pour le coucher dorsal (tête et pieds relevés à 30°) (figure 5).

Veillez à laisser les talons libres de toute pression. S'il est impossible d'incliner le dossier, positionnez la personne dans une position assise la plus droite possible, les pieds reposant sur le sol (figure 6).

Figure 6



Figure 7



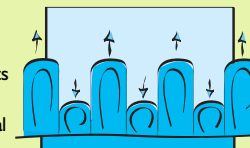
Figure 8

## Les escarres

### Comment les prévenir?

pressions sont mieux réparties dans cette position. Cela ne signifie pas pour autant qu'il faille privilégier la position couchée au détriment de la seconde : la position assise présente d'autres avantages pour la santé, entre autres pour l'appareil respiratoire...etc. Ensuite les changements de positions pourront être moins fréquents si des dispositifs réducteurs de pression sont mis en place. En résumé, une personne à risque doit être changée de position approximativement toutes les 4h en couchant si elle dispose de matériel de prévention et toutes les 2h si elle n'en dispose pas. En position assise, la fréquence passe à 2h avec un coussin anti-escarres, et à 1h sans.

Certains supports de prévention (ex. matelas dit alternant = associations de cellules qui se gonflent et se dégonflent selon un cycle de 5 à 10 minutes) peuvent diminuer encore le nombre de changements de positions nécessaires pour éviter les escarres. Pour plus de renseignements concernant le matériel de prévention, contactez Solival Wallonie Bruxelles.



### 4 Les massages

Certains professionnels préconisent des massages doux de type effleurage pour favoriser une meilleure circulation.

Toutefois, il faut être vigilant et demander conseil au personnel soignant. Certains massages peuvent au contraire provoquer des cisaillements et donc entraîner des lésions. Parlez-en à votre kinésithérapeute, votre infirmière,... Attention, dès l'apparition d'une rougeur, il est contre-indiqué de réaliser un massage sur la région concernée.



Effleurer mais pas masser

### 5 L'hygiène de la peau

#### Favorisez une hygiène régulière

Une toilette complète quotidienne est indispensable. De plus, dès que la peau est souillée (urine, selles, transpiration abondante,...), il est indispensable de pratiquer une toilette complémentaire.

#### Utilisez un savon doux

Certains savons peuvent attaquer la peau ou la déshydrater. Renseignez-vous auprès de votre pharmacien. N'oubliez pas de bien rincer et sécher la peau.

#### Évitez une friction excessive lors de la toilette

Laver la peau délicatement en évitant des frictions excessives.

## Les escarres

### Comment les prévenir?

1. Qu'est-ce qu'une escarre?	p3	8. Housse de lit et de coussin	p8
2. Le positionnement	p4	9. Le matériel d'aide et de prévention	p9
3. Le changement de position	p5	10. des aides financières	p11
4. Les massages	p6	11. Ne restez pas dans le doute	p11
5. L'hygiène de la peau	p6	12. Bibliographie	p11
6. L'incontinence	p7	13. Adresses utiles	p12
7. La nutrition	p8		

#### Améliorez les soins à l'aide d'une lotion hydratante

Après un savonnage, l'utilisation de lotions hydratantes peut améliorer l'état cutané en évitant les peaux sèches.

#### Profitez de ce moment privilégié pour observer l'état de la peau

Cette toilette permettra d'observer l'état de la peau et d'y déceler les modifications éventuelles. Toute rougeur qui ne devient pas blanche lorsqu'on appuie dessus avec le doigt est le signe de l'apparition possible d'une escarre. Une observation régulière et donc la mise en place de dispositions préventives évitera la transformation d'une rougeur en plaie de pression.

### 6 L'incontinence

*La prise en charge de l'incontinence urinaire permet de diminuer les risques d'exposition de la peau à l'humidité. L'incontinence provient de facteurs parfois très différents. Il est important de pouvoir mieux les cerner.*

#### Changer certaines habitudes de vie

Évitez de boire après 18 heures.  
Évitez les tisanes, le thé, le café, la bière... ils sont diurétiques. Essayez de vider la vessie au maximum et l'empêcher de se remplir trop, en urinant régulièrement et au minimum le matin au lever, après chaque repas et le soir avant d'aller se coucher.

#### Aménagez le WC pour diminuer les risques de chutes et augmenter le sentiment de sécurité et de confort



Le manque de place, l'absence d'appui, un éclairage trop faible ou une température trop froide peuvent rendre les personnes réticentes à se rendre au WC aussi souvent qu'il serait nécessaire. Ajoutez si nécessaire des barres d'appui ou un rehausse-WC pour se relever plus aisément.

Évacuez le chemin d'accès au WC de tout objet encombrant (tapis,...) source de chutes.

Si ces recommandations sont difficilement applicables, envisagez la possibilité d'installer une chaise percée à proximité de la personne.

#### Renforcer les muscles par des exercices

L'incontinence peut provenir d'un problème musculaire. Les muscles ne contrôlent plus convenablement le fonctionnement du sphincter. Des exercices musculaires peuvent corriger ou diminuer peu à peu le problème. Ils pourront être enseignés par un kinésithérapeute.

#### Renseignez-vous sur les traitements médicaux possibles.

Plusieurs médicaments peuvent résoudre certaines situa-

## Les escarres

### Comment les prévenir?

**medinov**  
108, cours Gambetta  
69007 Lyon  
Tél: 04 37 28 08 14  
[www.medinov.com](http://www.medinov.com)

tions d'incontinence. Plus rarement, des traitements chirurgicaux pourront également être envisagés. Votre médecin répondra à vos questions.

#### Utiliser des protections absorbantes ou placer une sonde urinaire

Si aucune solution ne peut résoudre le problème d'incontinence ou si le patient est en cours de traitement, l'utilisation de protections hygiéniques s'avère bien souvent indispensable pour continuer à mener une vie normale.

Plusieurs modèles de produits absorbants sont disponibles sur le marché pour apporter un maximum de confort.

Il est conseillé de les utiliser avec des sous-vêtements moulants en coton plutôt qu'en matière synthétique car ils absorbent mieux la transpiration et peuvent ensuite être lavés à l'eau chaude.

Choisissez des produits absorbants qui ne provoquent pas de frottements ou des étirements de la peau.

### 7 La nutrition

*Des carences alimentaires peuvent favoriser l'apparition d'escarres. L'apport de certains nutriments tels que protéines, vitamines et zinc est nécessaire pour un bon fonctionnement du corps et une bonne santé de la peau.*

#### Manger équilibré

Afin de prévenir les risques d'escarres, il convient de boire chaque jour l'équivalent d'un litre et demi de liquide et de maintenir une alimentation équilibrée, variée et riche en protéines et en calories qui sont importantes pour garder une peau saine non endommagée.

#### Consulter une diététicienne ou votre médecin

Certains compléments alimentaires peuvent être souhaitables pour équilibrer votre alimentation.

Une surveillance des apports alimentaires, ainsi qu'un bilan nutritionnel permettent de mieux établir un régime adapté aux besoins de chacun.

### 8 Housse de lit et de coussin

Adaptez votre literie. Utilisez des draps à la bonne dimension par rapport au matelas pour qu'ils soient bien tendus. Les plis dans les housses peuvent provoquer des pressions, des cisaillements et des frottements. Attention, il ne faut pas qu'ils soient trop tendus, ce qui provoquerait un effet hamac, source de cisaillement et de frottement.

Choisissez-les plutôt en coton et changez-les régulièrement pour éviter l'accumulation d'humidité en cas d'incontinence ou de transpiration (minimum 1 fois par jour).



## Les escarres

### Comment les prévenir?

1. Qu'est-ce qu'une escarre?	p3	8. Housse de lit et de coussin	p8
2. Le positionnement	p4	<b>9. Le matériel d'aide et de prévention</b>	<b>p9</b>
3. Le changement de position	p5	10. des aides financières	p11
4. Les massages	p6	11. Ne restez pas dans le doute	p11
5. L'hygiène de la peau	p6	12. Bibliographie	p11
6. L'incontinence	p7	13. Adresses utiles	p12
7. La nutrition	p8		

### 9 matériel d'aide et de prévention

L'utilisation d'un matériel d'aide et de prévention protège des forces de pression, de friction et de cisaillement. Ce type de support s'avère utile dans bien des cas.

**Il n'existe pas de matériel vraiment anti-escarre. Au mieux, ce matériel retarde l'apparition d'escarres, L'utilisation de matériel même très performant ne dispense donc pas des mesures de prévention classiques !**

#### Qu'est-ce-qu'un support anti-escarres ?

Il existe un grand nombre de supports anti-escarres sur le marché. Ces supports varient en fonction de leur degré d'efficacité, du matériel qui les compose (air, eau, gel ou viscoélastique,...etc), de leur forme (matelas, coussin d'assise, protège-talon,...) et de par leur mode de fonctionnement statique ou dynamique.

Les supports dynamiques sont constitués de cellules indépendantes les unes des autres. Ces cellules peuvent prendre la forme de boudins ou d'alvéoles. Ce type de matériel est accompagné d'un compresseur qui gonfle et dégonfle ces différents compartiments souvent en fonction d'un cycle de temps. Les pressions sont alors réparties sur le corps en fonction de ce cycle.

Les supports statiques, eux, doivent leur efficacité uniquement au matériel qui les compose. Ce matériel doit en effet présenter différentes propriétés afin de réduire les pressions au maximum. Il doit par exemple épouser les courbes du corps, accompagner les mouvements, encoura-

ger un bon positionnement ...etc.

Trois matières présentent une ou plusieurs de ces conditions et entrent dans la composition de support anti-escarres : l'air, l'eau et le gel ou viscoélasticité (mélange de mousse et de gel). Tous ces supports réduisent plus ou moins bien la pression selon leur mode de fabrication et la marque, le poids de la personne, le respect ou non des conseils d'utilisation...etc.

La particularité de ces matières est qu'elles sont déformables. Par là, on entend que ce type de support n'essaye pas de reprendre sa forme initiale lorsqu'on y est installé. A l'inverse, un support qui tente de retrouver sa forme de base exercerait une pression supplémentaire vers le haut. Il y aurait donc un renforcement des pressions.

Force exercée par le poids du corps. **Résultat: augmentation de la pression**

Force exercée par un coussin non-déformable qui a une mémoire (ex: la plupart des mousses)

Force exercée par le poids du corps. **Résultat: diminution de la pression**

Répartition des pressions grâce à un support qui n'a pas de mémoire (ex: gel ou mousse viscoélastique)

## Les escarres

### Comment les prévenir?

#### Les supports à base de gel ou de mousse viscoélastique (mélange de mousse et de gel) :

C'est sur ce type de support que l'aspect déformable propre au matériel de prévention est le plus significatif. En effet, si une pression de la main est exercée sur ceux-ci, son empreinte subsiste un instant après le moment où vous avez ôté votre main. Il faut garder à l'esprit que le gel réagit à la température ambiante et a tendance à durcir lorsqu'il fait froid, il est donc important de bien malaxer les poches de gel avant d'y installer une personne.

#### Les supports à base d'air :

La plupart des coussins ou matelas à base d'air sont composés d'alvéoles. Cette structure offre plusieurs avantages notamment dus au fait que ces alvéoles soient mobiles indépendamment les unes des autres. La mobilité des cellules permet au coussin de suivre les mouvements du corps, il y a donc moins de frottements, de cisaillements. Cette caractéristique offre également une meilleure ventilation et permet d'éviter la macération. L'air circule en effet librement entre les alvéoles. L'emploi de ce type de support demande une certaine rigueur. En effet, le gonflement du coussin doit être surveillé le plus régulièrement possible si l'on souhaite obtenir de bons résultats.

#### Les supports à base d'eau :

L'eau a également la faculté de réduire les pressions. Cependant, les supports à base d'eau présentent des inconvénients majeurs : peu stables, ils peuvent amener à de mauvaises postures provoquant une augmentation de la pression. De plus, s'ils ne contiennent pas assez d'eau,

cette mauvaise posture peut annuler les effets positifs du support. Cette matière est également froide et ne favorise pas la thermorégulation. Enfin, le risque de fuite est non négligeable.

#### Autres supports :

Il existe d'autres structures utilisées dans la prévention des escarres tels que la mousse ou les peaux de mouton. Ces matières ne répondent pas entièrement aux propriétés d'un support anti-escarres et sont donc d'une efficacité incertaine.

#### Comment choisir un support qui répond à vos besoins ?

Pour choisir un matériel de prévention, il faut se référer au risque que l'on encourt de développer une escarre. Afin d'aider les professionnels de la santé dans l'évaluation de ce risque, des échelles de mesures ont été mises en place. Elles tiennent compte entre autres de la mobilité de la personne, de son alimentation, de son état mental,...etc.

Il faut garder à l'esprit que ces échelles sont des aides au diagnostic qui ne remplacent en rien le jugement du personnel soignant. Il est important de faire appel à leur expérience pour choisir un support qui correspond à vos besoins.

L'essai du matériel est toujours préconisé. En effet, le patient doit choisir un support sur lequel il se sent bien et qui lui assure un confort suffisant.

Actuellement peu d'études ont été réalisées sur l'efficacité des supports de prévention et sur la valeur de réduction des pressions (millimètre de mercure) que l'on peut attribuer à chaque coussin. Solival Wallonie Bruxelles ASBL étudie la question.

## Les escarres

### Comment les prévenir?

1. Qu'est-ce qu'une escarre?	p3	8. Housse de lit et de coussin	p8
2. Le positionnement	p4	9. Le matériel d'aide et de prévention	p9
3. Le changement de position	p5	10. des aides financières	p11
4. Les massages	p6	11. Ne restez pas dans le doute	p11
5. L'hygiène de la peau	p6	12. Bibliographie	p11
6. L'incontinence	p7	13. Adresses utiles	p12
7. La nutrition	p8		

### 10 Des aides financières

Une intervention de votre mutuelle pour l'acquisition d'un support anti-escarre (coussin) est possible dans certains cas. Son service social vous renseignera sur les conditions actuelles de remboursement.

La Région Wallonne et Bruxelloise via l'AWIPH ou le fonds Bruxellois Francophone pour l'Intégration Sociale et Professionnelle des personnes handicapées peuvent également intervenir pour le remboursement partiel ou total de matériel anti-escarre, de lit électrique,...

Renseignez-vous auprès du bureau régional pour l'AWIPH (<http://www.awiph.be>) ou auprès du fonds Bruxellois (<http://www.cocof.irisnet.be/sbfph>) sur les démarches à suivre.

Certaines associations ou groupes d'entraide peuvent aussi proposer certains avantages (commandes groupées de matériel, interventions financières,...). Pour avoir les coordonnées d'un groupe d'entraide, consultez le site <http://www.self-help.be>

### 11 Ne restez pas dans le doute...

La problématique des escarres et les solutions pour y remédier sont des sujets encore méconnus.

De plus, chaque personne est différente et doit trouver les solutions qui répondent à ses besoins propres. Alors ne restez pas avec vos peurs, vos soucis,...

- **Posez des questions** à votre médecin traitant, au personnel médical et paramédical de l'hôpital, à votre kinésithérapeute, à votre infirmière, à un bandagiste,...

- **Exprimez vos besoins, vos désirs, vos soucis**

- **Faites-vous aider**

Si certaines mesures préventives sont difficiles à réaliser (effectuer les changements de positions, faire la toilette,...), demandez de l'aide.

Contactez un service de soins à domicile, d'infirmières et d'aides soignantes. Le service social de votre mutualité peut vous renseigner.

- **Si une rougeur persiste**, malgré toutes les précautions mises en place, consultez rapidement une personne formée de confiance (infirmière, médecin,...). En effet, l'apparition d'une escarre peut aussi provenir d'une autre cause (prise de médicament, hypertension, pathologies diverses, ...).

### 12 Quelques documents de références

- W.D'hoore, A-L. Guisset, B.Theys, **Le coût de l'escarre: Enquête aux cliniques Universitaires Saint-Luc**, Paris, 1997, 15p
- ANAES, Evaluation des pratiques professionnelles dans les établissements de santé, **Evaluation de la prévention des escarres**, Paris, 1998, 70p
- ANAES, Conférence de consensus, **Prévention et traitement des escarres de l'adulte et du sujet âgé**, 1999, 32 p
- La Croix Jaune et Blanche de Belgique, **Soins de plaies**, Bruxelles, 1995, p21-51
- Recommandation belge pour la prévention des escarres

## Les escarres

### Comment les prévenir?

### Sur les escarres

« Prévenir les ulcères cutanés dus à la pression chez le patient à domicile. Une attention répétée à la position des patients à risque », La Revue Prescrire, tome 23 n°240, juin 2003, pp.438-444.

### Des sites internet

- <http://www.health.fgov.be/vesalius/factory/publication/decubitus/fr/>
- <http://www.escarre.fr>

### 13 Adresses utiles

#### Solival Wallonie Bruxelles ASBL

L'asbl Solival Wallonie Bruxelles - centre de recherche de promotion et de conseil en aide technique et étude de l'aménagement du domicile - a pour objectif l'amélioration de l'autonomie de la qualité de vie de la personne et de son entourage au domicile.

L'asbl a créé différents outils d'information (brochures, articles de presse...) qui sont disponibles, gratuitement, sur le site [www.solivalwb.be](http://www.solivalwb.be) ou sur simple demande téléphonique.

Les ergothérapeutes de Solival Wallonie - Bruxelles offrent, gratuitement, un conseil personnalisé à chacun en se déplaçant au domicile mais aussi en réalisant des essais de matériel dans notre salle, non commerciale, d'essais et d'apprentissages.

Contact : Tel. 081/41.46.90 Fax. 081/41.46.92

Email. [Info@solivalwb.be](mailto:Info@solivalwb.be)

### Espace Solival

Le service Espace Solival a été créé par la Mutualité chrétienne pour aider les personnes malades, les personnes âgées, les moins-valides et leur famille à vivre mieux à domicile. Ce service organise la location de matériel d'aide et de soins, soit au sein de la mutualité, soit via un réseau de magasins à finalité sociale appelés Espaces Solival.

Ces magasins disposent d'un large éventail de produits et d'articles pouvant faciliter la vie au domicile, dans les activités quotidiennes, le travail ou les passe-temps.

Les membres de la Mutualité chrétienne bénéficient de remises importantes sur la location du matériel.

Pour obtenir les coordonnées du magasin Espace Solival dans votre région, contactez le centre d'appel 0800/10 9 8 7

#### FASD - Fédération de l'Aide et des Soins à Domicile.

Il y a un service Aide et Soins à Domicile ASD dans votre région. Ce service assure une prise en charge globale et coordonnée des patients. Pour répondre à leurs besoins, le service ASD regroupe des infirmières, des infirmières relais, des aides familiales, des aides ménagères, des assistantes sociales, des coordinatrices, des ouvriers polyvalents...et il assure le relais vers d'autres intervenants: la biotélégilance, la location de matériel, l'aménagement du domicile, les repas à domicile, le médecin traitant, l'hôpital...

Pour joindre ces intervenants du domicile, contactez la centrale de permanence téléphonique et de biotélégilance 24/24 h PSD Permanence et Soins à Domicile qui vous fournira les coordonnées du service de votre région.

Tél : 0800/30.100

## Les escarres

### Comment les prévenir?

1. Qu'est-ce qu'une escarre?	p3	8. Housse de lit et de coussin	p8
2. Le positionnement	p4	9. Le matériel d'aide et de prévention	p9
3. Le changement de position	p5	10. des aides financières	p11
4. Les massages	p6	11. Ne restez pas dans le doute	p11
5. L'hygiène de la peau	p6	12. Bibliographie	p11
6. L'incontinence	p7	13. Adresses utiles	p12
7. La nutrition	p8		

#### ACIH-AAM, Mouvement social de personnes malades, invalides et handicapées

Ce mouvement organise, entre autres activités, des séjours et pèlerinages pour des personnes malades, handicapées ou en perte d'autonomie. Il organise également d'autres activités de loisirs proches de chez vous. Toutes les activités sont encadrées par des personnes bénévoles. Chaque régionale du mouvement regroupe aussi des volontaires qui peuvent accompagner la personne malade ou handicapée dans certains besoins quotidiens: faire les courses, tenir compagnie, accompagner la personne chez le médecin,...

Mais l'ACIH-AAM ASBL, c'est aussi l'occasion de se former et d'être tenu informé de ses droits, l'occasion de rencontrer d'autres personnes et de partager ensemble des moments conviviaux, l'occasion de s'investir dans la vie d'un mouvement...

Contact: ACIH-AAM ASBL, chaussée de Haecht 579/40, 1031 Bruxelles. Tél. 02-246 42 26.

#### Infor Santé Alliance nationale des mutualités chrétiennes

Infor Santé est le service chargé de développer la promotion de la santé dans les divers secteurs de l'activité mutualiste.

Il informe le grand public via des brochures et des dépliants sur différents thèmes de santé (le petit déjeuner, l'alimentation saine, l'hospitalisation, les médicaments génériques, les tarifs chez les médecins ou les dentistes, le diabète...).

Il réalise des programmes de prévention et de sensibilisation

sur différents thèmes (prévention des brûlures chez les petits, promotion du casque vélo, sensibilisation des enfants au monde de l'hôpital).

Il publie le mensuel Education Santé, à destination des relais, avec l'appui de la Communauté française.

Les publications d'Infor Santé sont disponibles sur simple demande au 0800 10 9 8 7. Certaines d'entre elles sont téléchargeables sur le site [www.mc.be](http://www.mc.be) rubrique Conseils Santé - Infor Santé.

Vous y trouverez aussi la liste des permanents Infor Santé dans votre région.

#### La FNAMS,

Fédération nationale des associations médico-sociales, est la fédération patronale regroupant les institutions et services médico-sociaux créés, gérés ou co-gérés (en partenariat) par les mutualités chrétiennes régionales. Hôpitaux, polycliniques, maisons de repos et de soins, centres et services pour personnes handicapées, entreprises de travail adapté, centres de promotion de la santé à l'école,... constituent ainsi ce vaste réseau médico social mutualiste chrétien.

Pour en savoir plus sur les membres affiliés et missions de la Fnams : [www.fnams.be](http://www.fnams.be)

#### 0800 10 9 8 7

Le numéro vert de la Mutualité chrétienne est à votre disposition pour toute demande en lien avec les services sociaux, la location de matériel, le maintien à domicile,... etc.

Date de publication 2005

Editeur responsable Alda Gréoli

#### Groupe de travail:

##### Initiateur du projet

Solival Wallonie Bruxelles ASBL - Véronique Legrain

##### Collaborateur

Jean-Benoît Dufour - Solival wallonie Bruxelles ASBL

Aline Delcoigne - Solival wallonie Bruxelles ASBL

Eric Jauniaux - Infor Santé

(Mutualité chrétienne du Brabant wallon)

Fabrice Laurent - ACIH-AAM Brabant wallon

Magali Roman - ACIH-AAM (ANMC)

Maryse Van Audenhaege - Infor Santé (ANMC)

Lecocq Marie-Christine - chef infirmière

(UCL - Mont-Godinne)

##### Graphisme & Illustrations

Julien & Pierre-Yves Englebert - Graphisme, illustrations

0497/605 740

#### Merci aux

Professeur Hanson

(médecine physique UCL Mont-Godinne)

Docteur Boly (direction médicale - ANMC)

Madame Thérèse-Marie Mullie

(cadre infirmier formation - Cliniques universitaires StLuc)

Docteur Alex Peltier (directeur - FASD)

membres de la commission escarres

(UCL - Mont-Godinne)

pour leur aimable relecture

Avec le soutien de



FEDERATION  
NATIONALE DES  
ASSOCIATIONS  
MEDICO-SOCIALES

En collaboration avec

