



## Le bain

Par : [CVH Team](#)

Pour la majorité des gens, prendre un bain ou une douche est rafraîchissant. C'est toutefois une activité qui devient plus difficile à mesure que progresse la maladie. Voici quelques idées pour rendre le moment du bain ou de la douche agréable et sécuritaire.

### Conseils généraux

- Acheter ou louer du matériel spécialisé comme des barres d'appui qui vous permettront d'entrer et de sortir du bain ou de la cabine de douche de façon sécuritaire.
- Une chaise de bain peut aider les personnes qui ne peuvent s'asseoir dans le bain ou rester debout pour prendre une douche.
- L'eau du bain doit être tiède. Un bain à l'eau très chaude accroît les risques de somnolence ou de faiblesse, ce qui rend la tâche de sortir du bain plus difficile.
- Le savon a tendance à assécher la peau. Utiliser un savon doux et en petite quantité. Une débarbouillette mouillée et chaude suffit pour laver le visage.
- Puisque certaines personnes préfèrent que les soins plus intimes comme le bain soient prodigués par du personnel de soins professionnel, assurez-vous d'avoir la permission du patient avant de commencer les soins.

### Toilette à l'éponge

Une toilette à l'éponge est possible si la personne est incapable de sortir du lit. Le nécessaire : une débarbouillette ou une éponge, avec un peu d'eau savonneuse dans un bol ou un seau et une serviette. Pour faire une toilette à l'éponge :

- Commencer par le visage et continuer vers le bas, en couvrant bien les endroits du corps que l'on ne lave pas avec un drap léger ou une serviette.
- Commencer avec le bras et le côté du corps les plus éloignés de vous pour ensuite faire de même du côté rapproché.
- Suivre les mêmes étapes pour le bas du corps.
- Finir par le devant du patient en lavant les parties génitales et arrières. Assurez-vous de changer l'eau et la débarbouillette avant de continuer.
- Aider la personne à se tourner sur le dos et ensuite laver le dos. Si la personne est incapable de se tourner sur le côté, vous aurez peut-être besoin que quelqu'un vienne la tenir en place pendant que vous lui laviez le dos.

## **Après le bain**

Les personnes qui mangent ou boivent peu auront probablement la peau sèche. Des lotions peuvent apaiser la peau, mais on devrait éviter les crèmes à base d'alcool puisqu'elles assèchent la peau. Ne pas utiliser de lotions ou de crèmes parfumées, car elles peuvent causer la nausée chez certaines personnes.

Après le bain, vous pouvez proposer des soins de manucure ou de pédicure. Avoir les ongles soignés procure chez certaines personnes un sentiment de bien-être et de réconfort.

Voir la vidéo - [Hygiène personnelle - La toilette](#)

Pour en savoir plus sur la prestation de soins pratiques, consultez le [module 6](#) de la série pour les aidants.

Pour obtenir des ressources et des outils complémentaires pour vous aider dans votre rôle de proche aidant, visitez le site [AideauxAidants](#).

*Contenu révisé en janvier 2023*