



Les soins de la peau

Mieux vaut prévenir que guérir

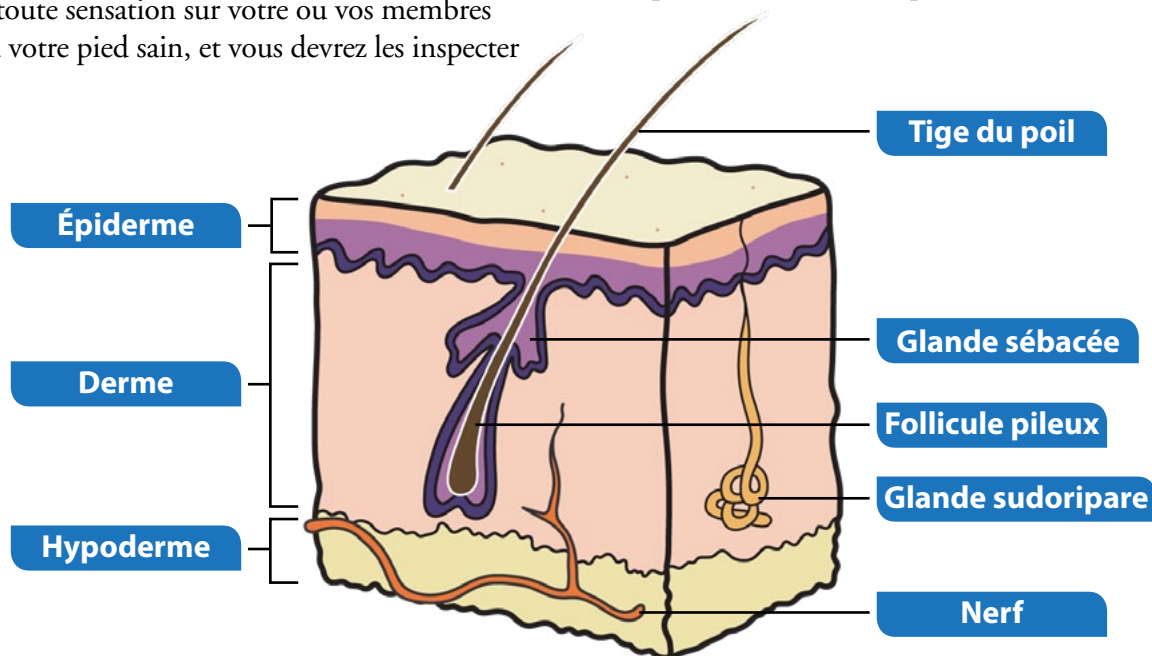
Si vous êtes une personne amputée, vous risquez d'avoir un jour ou l'autre la peau irritée ou de connaître d'autres problèmes de peau sur la partie du membre résiduel enfermée dans l'emboîture. Parfois, ces affections cutanées sont d'une telle sévérité que la douleur et l'inconfort empêchent le port du membre artificiel. Dans ce document, nous décrirons les types courants d'affections cutanées et vous aiderons à les identifier, et nous indiquerons les produits que vous pouvez vous procurer pour les traiter.

● Votre niveau d'activité, votre âge et la raison de votre amputation peuvent influencer sur les types d'affections cutanées auxquels vous êtes sujet. Par exemple, si votre amputation résulte d'un accident et que vous avez des cicatrices, vous vous souciez probablement des abrasions et des plaies. Si vous êtes amputé au-dessus du genou, vous dépenserez plus d'énergie pour marcher et la transpiration risque d'être votre plus grande préoccupation. Si votre amputation résulte du diabète ou d'une affection vasculaire, il se peut que vous ayez perdu toute sensation sur votre ou vos membres résiduels ou votre pied sain, et vous devrez les inspecter

quotidiennement, car vous ne sentirez aucune douleur si des plaies, des rougeurs ou des ampoules apparaissent.

Il faut s'occuper immédiatement des affections cutanées, sinon elles peuvent s'aggraver. Si vous en avez une qui persiste, consultez votre médecin pour obtenir un traitement et votre prothésiste pour qu'il change au besoin votre emboîture. Si votre amputation résulte du diabète ou d'une affection vasculaire, il est important que vous communiquiez **tout de suite** avec votre équipe de soins multidisciplinaires quand vous avez une plaie ou une infection, car cela met beaucoup plus de temps à guérir dans votre cas et demande une attention spéciale si vous ne voulez pas développer d'ulcère.

La peau est le plus grand organe du corps et occupe de nombreuses fonctions complexes comme réguler la température corporelle, protéger le corps contre les blessures, aider à éliminer ou à évacuer les substances nocives et servir d'organe sensoriel externe. Chaque pouce carré de peau contient jusqu'à 650 glandes sudoripares et 65 follicules pileux!



Qu'est-ce qui peut causer les affections cutanées?

La ou les causes des affections cutanées comme les furoncles et les kystes sont souvent faciles à trouver et à traiter, mais dans certains cas, il faut être persévérant pour les découvrir. On peut avoir à recourir à une combinaison de stratégies pour s'attaquer avec succès à ces affections occasionnelles ou même plus tenaces.

L'une des principales causes des affections cutanées est la **chaleur**. L'échauffement excessif peut causer divers problèmes : la transpiration et les odeurs, ainsi que le mouvement de « piston » du moignon (qui bouge à l'intérieur de l'emboîture), qui peut irriter la peau et causer des abrasions.

Les **bactéries** peuvent être un problème pour les personnes amputées. La surface de la peau est toujours couverte de nombreux organismes invisibles, parmi lesquels certains sont inoffensifs et d'autres peuvent, dans certaines conditions, causer de l'infection. Alors que la peau peut habituellement chasser les bactéries lorsque la transpiration s'assèche par évaporation, l'assèchement est impossible dans l'environnement humide fermé de l'emboîture. En outre, la peau a normalement une charge négative qui protège le corps contre les bactéries, mais son maintien prolongé dans de l'eau contenant des solutions salines (comme la sueur) peut la charger positivement, ce qui peut attirer plus de bactéries qu'en temps normal.

Faites cependant attention aux produits que vous utilisez pour réduire les bactéries – l'utilisation prolongée d'**alcool** risque de trop assécher la peau et d'aggraver les problèmes. Un autre conseil : ne rasez pas votre membre résiduel, car cela peut causer une infection bactérienne du follicule pileux, la folliculite.

Le changement de type d'emboîture et de **suspension** utilisé peut avoir un effet sur votre membre résiduel. Par exemple, un système au silicone avec attachement distal peut engendrer à l'extrémité du membre résiduel une traction à laquelle vous ne serez pas habitué au début. Différents types d'emboîtures peuvent exercer diverses pressions sur le membre résiduel et créer également des environnements particuliers auxquels la peau peut mettre du temps à s'adapter. Dans certains cas, le nouveau type

d'emboîture peut tout simplement ne pas vous convenir, même après la période d'adaptation, et vous devez alors envisager d'autres solutions. Ce qui fonctionne pour une personne amputée ne fonctionne pas nécessairement pour les autres.

Il existe aussi d'autres causes d'affections cutanées. Votre **emboîture** n'est peut-être pas ajustée convenablement si vous avez grossi (ce qui cause des points de pression) ou maigri (ce qui fait trop bouger le membre résiduel dans l'emboîture). L'emboîture, le manchon, le bas de moignon ou encore un produit utilisé sur la peau peuvent aussi provoquer une **allergie** qui entraîne une irritation. On peut même devenir soudain allergique à certains produits qu'on utilise depuis longtemps.

Au fil des ans, les personnes amputées nous ont indiqué quels produits les ont aidées à traiter leurs affections cutanées. **Nous vous présentons des produits que nous connaissons, mais notre liste n'est en aucune façon exhaustive. Votre prothésiste ou votre pharmacien pourraient vous suggérer d'autres options.**

La prévention

Les lotions hydratantes et produits pour les soins de la peau

De nombreuses personnes amputées trouvent que l'application régulière de lotions ou de crèmes hydratantes traite la peau et l'aide à résister aux abrasions. Les crèmes et lotions à base de vitamines, comme l'**EDAP** (contenant de la vitamine A, E et D), que vous pouvez vous procurer par l'entremise de votre prothésiste, sont souvent appréciées. Des prothésistes et des pharmaciens peuvent recommander d'utiliser des lotions en vente libre telles qu'**Uremol** (une crème émolliente contenant de l'urée) pour enrayer la sécheresse de la peau et les démangeaisons et **Professional Care**, utilisée dans les hôpitaux, pour prévenir les démangeaisons et l'inconfort causés par la sécheresse de la peau. Certains hydratants et produits nettoyants conviennent particulièrement aux personnes qui ont la peau sensible – les dermatologues recommandent souvent **Cetaphil** (savons, nettoyants et hydratants), **Spectro Gel**



(nettoyant pour la peau) et **Spectro Derm** (nettoyant hydratant). Les produits Cetaphil et Spectro sont en vente libre dans les pharmacies.

Des fabricants de prothèses offrent des produits pour les soins de la peau que vous pouvez vous procurer chez votre prothésiste. Les produits **DERMA Skin Care** d'Ottobock comprennent *DERMA clean* (un nettoyant antibactérien pour le moignon et l'emboîture), *DERMA prevent* (une lotion enrobante qui recouvre et protège la peau) et *DERMA repair* (une lotion antibactérienne qui soulage et guérit la peau irritée en la réhydratant). De même, le savon, la lotion hydratante et le lubrifiant en aérosol de **ICEROSS Clean and Simple** (Össur) ont un pH équilibré et ne contiennent ni parfum ni colorant. La lotion avec revitalisant pour la peau **ALPS Fitting Lotion** de ALPS aide à adoucir la peau sèche et sensible et est hypoallergique.

Certaines personnes utilisent des nettoyants antibactériens sur leur moignon pour limiter les bactéries qui provoquent des problèmes cutanés; des nettoyants antibactériens comme **pHisoderm** se vendent dans les pharmacies. Il est utile d'avoir sous la main des lingettes humides antibactériennes (qui éliminent les bactéries causant les odeurs) pour nettoyer rapidement votre membre résiduel au besoin durant la journée; certaines contiennent de l'aloès et de la vitamine E.

Une couche de protection sur le moignon

Si vous appliquez une couche de protection sur le moignon avant de mettre votre emboîture, cette couche peut réduire les risques de plaies et d'abrasions. Certaines personnes amputées utilisent des lotions (que vous pouvez obtenir chez votre prothésiste) comme la lotion **ALPS Skin Lotion** de ALPS ou **DERMA prevent** d'Ottobock, ou un coussinet autoadhésif et imperméable comme **OpSite** de Smith & Nephew, qui ajoute un coussin protecteur. **SuperSkin** de MedLogic est un liquide facile à appliquer qui protège la peau contre l'usure par frottement en créant une couche de protection. Pour la prévention et le traitement des cicatrices, les feuilles autocollantes de gel silicone comme **Cica Care** de Smith & Nephew sont une bonne solution.



Les manchons et les emboîtures

Certains manchons de gel contiennent de l'huile minérale de type médical ou de l'aloès dans la couche qui touche le membre résiduel, ce qui contribue à adoucir la friction et à protéger la peau. Le produit **ProstheCare Hygiene Clean** en aérosol de Cascade enrobe la surface interne de l'emboîture d'une fine pulvérisation qui garde l'emboîture fraîche et hygiénique.

Le traitement et les solutions

Une accumulation de sueur peut dégager des odeurs désagréables. Le produit **Xzuber** de JMG Products peut aider à neutraliser ces odeurs. Certains prothésistes fournissent de la poudre liquide pour le corps (**Liquid Body Powder**) à leurs clients. Cette poudre liquide, dont l'utilisation est fondée sur les propriétés curatives de la pomme de terre reconnues depuis longtemps, s'applique comme une lotion et sèche sous forme de poudre. Elle permet de contrôler l'irritation et les odeurs et adoucit les points de friction. Une personne amputée a dit que ce produit donne de bons résultats avec sa prothèse myoélectrique; elle n'osait pas utiliser d'autres sortes de poudres parce qu'elle craignait d'endommager les électrodes.

Le contrôle de la transpiration contribue en grande partie à la prévention des abrasions et à la réduction des odeurs. Le produit **Dehydral** est une crème antisudorale et antibactérienne. Selon de nombreuses personnes amputées, les antisudoraux à bille, tel **Secret Platinum**, aident à contrôler l'accumulation de transpiration dans l'emboîture. De plus, il existe un autre produit, la pierre de cristal déodorante (**Pure & Natural Crystal Deodorant Stone**), qui est sans danger puisqu'elle ne contient pas d'aluminium. Ces produits sont en vente libre dans les pharmacies.

Quand une abrasion apparaît, il faut songer à utiliser une lotion médicamenteuse. On peut utiliser des produits prothétiques comme DERMA repair tout comme on peut choisir des produits en vente libre dans les pharmacies. Ce sont simplement les ingrédients médicinaux actifs qui différencient ces produits. Un grand nombre de personnes amputées utilisent de l'aloès ordinaire (disponible en crème et en gel) en raison de ses propriétés curatives. Les onguents antibiotiques servent souvent à traiter les coupures mineures et les abrasions; parmi ces onguents figurent le **Bactroban** (mupirocine), le **Polysporin** (polymyxine) et l'**Ozonol** (bacitracine et chlorhydrate de lidocaïne). Certaines personnes amputées utilisent un onguent antibiotique triple qui contient de l'oxyde de zinc, un agent cicatrisant. L'oxyde de zinc, qui entre dans la composition de nombreux produits pour les soins des rougeurs chez les tout-petits, est utile puisque l'emboîture crée un environnement humide. Dans certains cas, un médecin pourrait prescrire du **Betamethafone** (0,1 p. 100) pour des affections cutanées tenaces ou plus graves.

Les produits **Second Skin** (vendus dans les pharmacies et les magasins d'articles de sport) favorisent la cicatrisation et protègent la peau grâce à la combinaison d'un gel médicamenteux et d'un pansement adhésif.



Si vous songez à utiliser les produits vendus en pharmacie, rappelez-vous qu'une poudre ou une lotion légèrement médicamenteuse (comme l'oxyde de zinc mentionné plus haut) peuvent aider à traiter les irritations cutanées mineures, qu'une crème antihistaminique peut aider à traiter les rougeurs sur le moignon (qui ne sont pas provoquées par le poids sur le moignon) et qu'une crème antibiotique peut aider à traiter les abrasions.

Les affections cutanées chez les personnes amputées

Des plaies et des abrasions peuvent apparaître malgré tous vos efforts de prévention. Voici certains problèmes courants auxquels vous pouvez être confronté :

- **Les rougeurs et les abrasions** – affections cutanées les plus courantes, pouvant survenir par intermittence ou même fréquemment.
- **L'œdème** – enflure, assèchement et rugosité à l'extrémité du moignon, que l'on peut prévenir en comprimant graduellement le moignon avec un bandage élastique. Même si l'œdème peut sembler être une affection mineure au départ, il risque de s'aggraver. Il faut toujours consulter un médecin.
- **La dermatite de contact** – causée par le contact de la peau avec un agent irritant qui peut être soit un des matériaux de l'emboîture, soit un agent externe comme un agent nettoyant, une poudre, un lubrifiant ou un onguent utilisé pour les soins des personnes amputées. Le problème disparaît généralement une fois la cause identifiée et traitée.
- **Les kystes** – affectent fréquemment les personnes amputées au-dessus du genou. Ils apparaissent à l'intérieur de la jambe, le long du bord supérieur du membre artificiel, mais ils surviennent aussi chez les personnes amputées au-dessous du genou. Ils se présentent au début comme de petites masses ou nodules qui disparaissent lorsqu'on retire temporairement la prothèse, mais avec la friction constante du membre artificiel, ils peuvent grossir et se multiplier. Il faut toujours faire traiter les kystes par un médecin, car ils peuvent s'infecter et causer d'autres problèmes.
- **La folliculite** – infection bactérienne du follicule pileux, produisant de petites zones fermes qui démangent. Non traitées, celles-ci peuvent devenir des furoncles qui prennent l'apparence de nodules douloureux rouge foncé à la surface de la peau. Les savons antibactériens peuvent réduire les bactéries qui provoquent ces affections.
- **Les dermatomycoses** – autres conséquences de l'humidité et de la chaleur présentes dans l'emboîture, ces infections peuvent être éliminées par l'application de crèmes ou de poudres spéciales pendant un certain temps.

-
- **L'eczéma** – peau sèche et écaillée devenant soudain humide sans raison discernable. Il faut en identifier la cause, sans quoi il réapparaîtra. Les allergies et les affections apparaissant à la suite d'un œdème peuvent contribuer à l'eczéma.
 - **Les cicatrices adhérentes** – surviennent après des infections ou ulcérations répétées de la peau, où la formation de la cicatrice peut être si intense que les tissus cicatriciels peuvent se fixer aux couches sous-jacentes de la peau. Une intervention chirurgicale est souvent nécessaire pour détacher la cicatrice.
 - **Les ulcères** – plaies pouvant être causées par une infection bactérienne ou par un problème de circulation sanguine. Ils doivent être diagnostiqués et traités immédiatement pour éviter qu'ils deviennent chroniques.

Vous devrez utiliser certains produits et consulter votre médecin pour le traitement d'une affection cutanée si celle-ci devient persistante, mais le meilleur moyen de prévenir le problème reste de nettoyer quotidiennement le moignon et l'emboîture ou le manchon.