LA PICCOLA LIBRERIA

HYGIÈNE PERSONNELLE EN CAS DE DÉMENCE : MAINS, ONGLES ET RASAGE

REDATTO DA DOTT. DAVIDE GALLO

Le soin de la peau et des ongles

Avec l'âge, la peau devient plus fine et plus fragile. Il est essentiel d'en prendre soin correctement pour le confort et le bien-être de la personne atteinte de démence.

- **Après le bain ou la douche :** Assurez-vous que la peau est complètement sèche, surtout dans les plis, pour éviter les irritations. Utilisez une serviette pour **tamponner** et non pour frotter.
- **Hydratation :** Profitez-en pour appliquer une crème hydratante. La peau sèche peut être gênante, et l'hydrater régulièrement l'aide à rester douce.
- **Vérification :** Pendant le séchage, examinez attentivement la peau pour détecter d'éventuelles rougeurs, plaies ou signes d'inconfort. Signalez tout problème à son médecin.

Le soin des ongles

Il est important de garder les mains et les pieds propres et les ongles soignés. Des ongles non coupés peuvent causer des problèmes.

- **Le bon moment :** Le meilleur moment pour couper les ongles est après le bain ou la douche, lorsqu'ils sont plus mous. Si ce n'est pas possible, plongez les mains ou les pieds dans de l'eau tiède pendant quelques minutes.
- **Soutien :** Les personnes atteintes de démence peuvent avoir du mal à se couper les ongles elles-mêmes. Offrez votre aide. Pour les femmes, une manucure soignée peut être un moyen de maintenir l'estime de soi et un plaisir familier.
- **Vérification :** Profitez-en pour vérifier régulièrement les pieds, à la recherche de callosités, d'ampoules ou d'autres problèmes qui pourraient causer de l'inconfort.

Le rasage

Le rasage est une habitude importante pour beaucoup, car il aide à maintenir un sentiment de normalité et à prendre soin de son apparence.

- **Rasoir électrique :** Si la personne l'accepte, un rasoir électrique est plus sûr qu'une lame et lui permet de conserver son autonomie plus longtemps.

- **Rasoir à lame :** Si la personne utilise un rasoir à lame, elle pourrait avoir besoin de plus de surveillance ou de votre aide directe. Il existe des rasoirs spécifiques pour les aidants, avec des poignées ergonomiques et des protections.
- **Maintenir l'habitude :** Encouragez la personne à se raser quotidiennement ou à sa fréquence habituelle. Maintenir les routines aide à préserver l'intérêt pour sa propre apparence et son moral.
- **Accepter le changement :** Si le rasage devient une source de stress insurmontable, envisagez de la laisser se laisser pousser la barbe.

Rappelez-vous : Chaque personne a sa propre histoire et ses propres habitudes. Respecter ces préférences est crucial pour préserver sa dignité et son bien-être.

A.S.V.A.D. Associazione Solidarietà Volontariato A Domicilio odv

Via Gardoncini 7 10143, Torino - info@asvadtorino.org - www.asvadtorino.org

Iscr. Reg. Regionale D.P.G.R. 2938/96 - Iscr. Registro Nazionale RUNTS Repertorio 41674

C.F.: 97536010016 - IBAN: IT 47 S 02008 01058 000001884423

Les informations contenues dans ces fiches ne remplacent pas l'avis professionnel d'un expert. Nous vous recommandons de toujours consulter des professionnels du secteur.