

Newsletter Continence

destinée aux professionnels de santé impliqués dans la prise en charge des troubles de la Continence

Soin des stomies / Continence / Soin des plaies / Urologie interventionnelle

TROIS SUJETS À ABORDER POUR UNE SÉANCE D'ÉDUCATION THERAPEUTIQUE PLUS EFFICACE

Lors d'une séance d'éducation à la pratique de l'auto-sondage intermittent (ASI), vous devez aborder trois sujets. Cet article vous donne un bref aperçu de chacun d'entre eux.

Anatomie

Une présentation de l'anatomie ouvre la voie à votre démonstration des techniques d'insertion et de retrait.

Comme vous le savez, les patients n'ont pas tous la même compréhension du système urinaire. De nombreux patients connaissent assez peu le fonctionnement de ce système, et ont des idées reçues sur la vessie et l'urètre. Ils peuvent penser que la vessie est un réservoir et non un muscle. Ils peuvent penser également que leur urètre est un tube non pas flexible mais rigide. Il est important de corriger d'abord ces idées reçues pour que votre patient comprenne et puisse bien répondre au reste de l'éducation, car de telles idées reçues peuvent entraîner, par exemple, la peur de souffrir.

Vous pouvez commencer la séance en enseignant aux patients les bases de leur anatomie. Des dessins anatomiques comme ceux présentés ci-dessous peuvent être utiles.

Modèles d'anatomie masculine et féminine



Vous pouvez demander de grands formats des planches anatomiques à votre représentant Coloplast.

Techniques d'insertion et de retrait

L'un des aspects les plus importants de la séance est l'éducation des patients aux techniques de vidange de leur vessie.

En utilisant des planches et des bustes anatomiques pour enseigner la technique d'insertion, vous pouvez sensibiliser les patients aux différents points de repère – à savoir les points qui, tout au long du trajet d'insertion, indiqueront aux patients qu'ils sont sur la bonne voie. Les points de repère sont :

Les rétrécissements

Informez-les des éventuelles zones de rétrécissement.

Les courbes de l'urètre

Pour les patients masculins, aidez-les à guider la sonde le long de l'urètre en levant le pénis et en redressant l'urètre.

Le muscle du sphincter

Demandez au patient de respirer profondément afin qu'il se détende. Ceci aidera à relâcher le muscle du sphincter.

Conseils pour l'éducation à la pratique de l'ASI

- Aidez le patient à faire le lien entre une vidange fréquente et complète de la vessie et un bon fonctionnement de la vessie – c'est-à-dire le lien entre les résidus urinaires et les infections urinaires.
- Sensibilisez le patient à la capacité de sa vessie.
- Donnez au patient des conseils qui lui indiqueront s'il a bien vidé sa vessie.

Créer de bonnes habitudes pour pratiquer l'ASI

Si on ne crée pas de nouvelles habitudes pour pratiquer l'ASI, la concentration mentale nécessaire pour gérer la vessie exigera une quantité d'énergie inutile et, dans certains cas, le patient pourra même avoir l'impression qu'il est contrôlé par sa vessie¹. Vous pouvez réduire cette pression – et aider le patient à prendre de nouvelles habitudes – en identifiant des « éléments déclencheurs » et des « bénéfiques » à court terme qui fonctionnent pour eux.

S'agissant des « éléments déclencheurs », certains patients se fieront à la sensation physique d'une vessie « pleine » ; d'autres, qui n'ont aucune sensation, devront effectuer la vidange à heure fixe – dans ce cas, l'« élément déclencheur » pourra être une alarme sur leur téléphone portable.

Comme pour les éléments déclencheurs, le « bénéfique » variera d'un patient à l'autre. L'important est que l'avantage soit clair pour le patient – quelque chose de très tangible, qui peut le motiver et le conduire à accepter le traitement.

Exemples de bénéfiques à court terme :

- Éviter l'incontinence
- Moins de risques de fuites urinaires entre les sondages, p. ex. le patient peut jouer une partie de golf ou aller au cinéma.
- Être en mesure d'avoir une activité sexuelle.¹

En prenant le temps, durant la séance d'identifier les bons « éléments déclencheurs » et les « bénéfiques » pour le patient concerné, vous l'aidez à adopter de bonnes habitudes de pratique de l'ASI.

Avantages à court terme

Pour de plus amples informations sur les avantages à court terme, voir la revue *Continence Life Study Review 2017/18*

¹ Coloplast_Market_Study_IC Research_2015_Data-on-file (PM-03238)