

SUJET:

# La mobilité après un AVC



# La mobilité après un AVC



Conseils et astuces  
en matière de  
soins AVC

- La mobilité se définit comme étant la capacité de bouger son corps
  - P. ex. se mettre au lit et en sortir, compléter un transfert du lit à une chaise, et marcher
- Un AVC peut causer une faiblesse d'un côté du corps (hémiparésie), des changements sensoriels et affecter le tonus musculaire
  - Cela peut avoir des répercussions sur la capacité de la personne à bouger

# La mobilité après un AVC



Conseils et astuces  
en matière de  
soins AVC

- Il est important de bouger son corps régulièrement pour:
  - améliorer la fonction
  - réduire la douleur
  - rehausser l'humeur
  - prévenir les lésions cutanées et les contractures

# La mobilité après un AVC



Conseils et astuces  
en matière de  
soins AVC

## Voici ce que vous devez savoir

✓ Plusieurs facteurs peuvent avoir des répercussions sur la mobilité :

Les capacités de la personne	L'environnement	L'aidant
Communication Cognition Faiblesse et tonus musculaire Équilibre et posture Coordination Vision et perception Sensation Humeur et fatigue Motivation Douleur	Éclairage Équipement Espace Ressources disponibles Politiques et procédures organisationnelles	Connaissances Aptitudes Confiance Bien-être Taille et grandeur Connaissance de la personne

# La mobilité après un AVC



Conseils et astuces  
en matière de  
soins AVC

## Voici ce que vous devez savoir

### ✓ La mobilité sécuritaire peut :

- prévenir les chutes
- éviter que la personne ayant souffert un AVC se blesse
- éviter des blessures à l'aidant
- promouvoir l'indépendance, la participation aux activités de la vie quotidienne, et l'amélioration de la santé de la personne



# La mobilité après un AVC



Conseils et astuces  
en matière de  
soins AVC

## Principes généraux de la mobilité sécuritaire

- Prévoyez obtenir de l'aide additionnelle au besoin
- Encouragez la personne à accomplir ce qu'elle peut de façon indépendante
- N'allez pas trop vite
- Reconnaissez que les niveaux d'énergie de la personne peuvent fluctuer durant la journée
- En aidant la personne, votre objectif n'est pas de la soulever, mais de l'appuyer. Suivez toujours les politiques de l'organisation qui traite sur l'ergonomie et le déplacement sécuritaire sur le levage des personnes

# La mobilité après un AVC



Conseils et astuces  
en matière de  
soins AVC

## Conseils et astuces -

### Avant de commencer



- Préparez l'environnement
- Communiquez le plan à la personne et aux aidants
- Soyez attentif au bras de la personne durant les activités de mobilité et manipulez-le avec grande précaution

# La mobilité après un AVC



Conseils et astuces  
en matière de  
soins AVC

## Avant de commencer



- Faites attention aux tubes (p. ex. sonde d'alimentation et tube d'oxygène)
- Pensez à votre propre mécanique corporelle :
  - tenez votre corps proche de la personne que vous aidez
  - pliez les genoux
  - tenez votre dos droit
  - évitez toute torsion

# La mobilité après un AVC



Conseils et astuces  
en matière de  
soins AVC

## Durant les déplacements



- Placez-vous du côté atteint de la personne et aussi près que possible
- Communiquez continuellement avec la personne
  - Donnez-lui des repères verbaux et visuels pour chaque étape de l'activité
- Soutenez l'omoplate, la hanche ou la taille
- Ne tenez jamais la personne par ses vêtements
- Ne tirez jamais le bras atteint de la personne

# La mobilité après un AVC



Conseils et astuces  
en matière de  
soins AVC

**Conseils et astuces** - Toujours suivre le plan de soins!

## Après les activités de mobilité



- Avant de partir, assurez-vous que la personne est bien soutenue, dans une position sécuritaire et confortable
- Assurez-vous que tous les objets nécessaires sont à portée de main
- Vérifiez si la personne va bien et proposez-lui des changements de position fréquents
- Alertez l'équipe si la personne éprouve des changements dans sa capacité de se déplacer

# La mobilité après un AVC



Conseils et astuces  
en matière de  
soins AVC

## Demandez le soutien de votre équipe

- ✓ Les ergothérapeutes et les physiothérapeutes ont des compétences en matière de mobilité et des transferts
- ✓ Si la communication a un impact sur la mobilité, il est conseillé de consulter un orthophoniste

*Les conseils et astuces en matière de soins AVC (2023) ont été préparés par les membres des réseaux régionaux des AVC de l'Ontario. Il est permis de les partager sans autorisation des auteurs, sans changement et en citant la source.*