

SUJET:

La mobilité au lit, les transferts et la marche après un AVC



La mobilité au lit, les transferts et la marche après un AVC



Conseils et astuces
en matière de
soins AVC

- Un AVC peut causer une faiblesse, affecter le tonus musculaire, mener à la perte de coordination, à des changements sensoriels et à une conscience diminuée de son corps
- On peut rehausser la sécurité et le confort de la personne en faisant preuve de précaution durant le mouvement

La mobilité au lit, les transferts et la marche après un AVC



Conseils et astuces
en matière de
soins AVC

Voici ce que vous devez savoir

La sécurité et la réussite d'une activité de mobilité dépendent de certains facteurs

Il existe quatre grands types de mouvement :

Mobilité au lit

Mouvements
de transition

Transferts

La marche

Protégez toujours le bras atteint et ne tirez jamais dessus

La mobilité au lit, les transferts et la marche après un AVC



Conseils et astuces
en matière de
soins AVC

Conseils et astuces

Étapes pour aider une personne à se rouler d'un côté et de l'autre



Avant de commencer, demandez-lui (ou aidez-la) ce qui suit :

1. sur le dos, plier les genoux et placer les pieds à plat sur le lit
2. commencer à rouler en laissant les genoux tomber, en tournant la tête et en tendant le bras dans la direction où elle roule

Aidez la personne en la soutenant derrière l'omoplate et à la hanche, au besoin.

Ne jamais tirer sur le bras affecté

La mobilité au lit, les transferts et la marche après un AVC



Conseils et astuces
en matière de
soins AVC

Conseils et astuces

Transition de la position couchée
à la position assise



Une fois que la personne est étendue de côté, demandez à la personne ou aidez-la à :

1. mettre ses pieds par-dessus le bord du lit
2. pousser vers le haut avec le bras le plus bas pour s'asseoir

Si de l'assistance supplémentaire est requise, mettez une main sous les côtes inférieures près de l'omoplate et une main sur la hanche supérieure

Une fois que la personne est assise de façon sécuritaire, si possible, abaissez le lit pour que ses pieds touchent au sol

La mobilité au lit, les transferts et la marche après un AVC



Conseils et astuces
en matière de
soins AVC



**Placez-vous
debout du côté
atteint de la
personne**

Demandez à la personne de faire ceci (ou aidez-la) :

1. avancer ses hanches vers le bord de la surface assise
2. placer ses pieds à la largeur des épaules, ses talons sous les genoux
3. se lever bien droit, se plier vers l'avant aux hanches en regardant devant
4. se lever du lit en poussant avec les deux mains de cette surface et non la marchette
5. pousser avec ses jambes, son poids étant également réparti sur les deux jambes

La mobilité au lit, les transferts et la marche après un AVC



Conseils et astuces
en matière de
soins AVC

Transition entre la position debout et la position assise



Placez-vous
debout du côté
atteint de la
personne

- Avant de s'asseoir, s'assurer que l'arrière des jambes touche le bord de la surface assise

Demandez à la personne de faire ceci (ou aidez-la) :

1. aller chercher les appuie-bras ou la surface derrière elle avec sa ou ses mains
2. se pencher légèrement vers l'avant, puis plier les genoux pour se baisser lentement
3. reculer ses hanches sur la surface assise

La mobilité au lit, les transferts et la marche après un AVC



Conseils et astuces
en matière de
soins AVC

Transfert entre les surfaces



- Bouger vers son côté le plus fort
- Placez le fauteuil ou la chaise d'aisance près du lit
- Assurez-vous que les freins sont actionnés et que les appuie-bras et les appuie-pieds sont retirés
- Demandez à la personne d'avancer ses hanches vers le bord de la surface assise

La mobilité au lit, les transferts et la marche après un AVC



Conseils et astuces
en matière de
soins AVC

Transfert entre les surfaces



- Placez-vous aussi près de la personne que possible, du côté le plus faible
- Guidez-la pour qu'elle se mette sur pied et aidez-la à déplacer ses hanches d'une surface à l'autre
- Indiquez-lui de tendre son bras vers la surface sur laquelle elle transfère

La mobilité au lit, les transferts et la marche après un AVC



Conseils et astuces
en matière de
soins AVC

La marche

Walking



- Une fois debout, faites une pause pour assurer son équilibre avant de marcher
- Assurez-vous d'avoir l'aide à la marche à proximité (si nécessaire)
- En marchant, tenez-vous debout du côté atteint et tout près de la personne pour aider à la stabiliser
- Encouragez-la à regarder devant elle plutôt qu'au plancher

La mobilité au lit, les transferts et la marche après un AVC



Conseils et astuces
en matière de
soins AVC

Demandez le soutien de votre équipe

- ✓ Les physiothérapeutes et les ergothérapeutes sont des compétences en matière de mobilité et des transferts
- ✓ Informez l'équipe si vous constatez un changement dans la capacité de la personne à faire un transfert ou à se déplacer

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.