

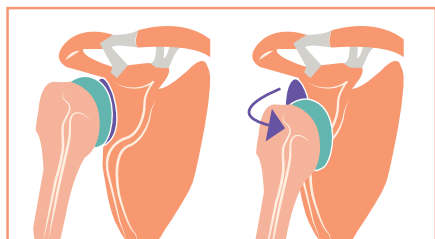


Le bras et la main hémiplésiques après un AVC

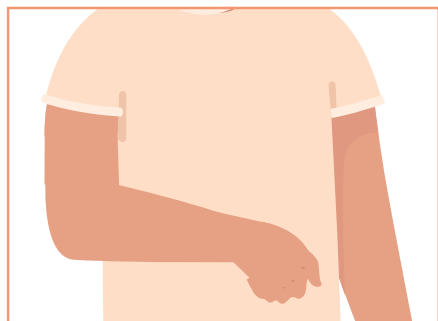
Un AVC peut causer une faiblesse (hémiplégie) du côté atteint. Cela peut nuire à la capacité de déplacer le bras ou la main, à accomplir des tâches fonctionnelles ou à se protéger le bras d'une blessure. En manipulant avec soin et attention le bras et la main affectés, il est possible de diminuer la douleur et de prévenir des complications. Cela est important puisque la douleur dans le bras et/ou la main peut devenir chronique et difficile à traiter.

Voici ce que vous devez savoir

- ✓ L'épaule se compose de petits muscles et ligaments qui soutiennent l'articulation. Bien des nerfs importants et des vaisseaux sanguins y passent, ce qui rend l'épaule, le bras et la main vulnérables aux blessures
- ✓ Plus de la moitié des gens atteints d'hémiplégie ont de la douleur dans le bras atteint et/ou la main affectée. La douleur se produit parfois plus fréquemment chez les gens qui dépendent des autres pour leurs transferts. La main risque d'enflée si elle n'est pas bien soutenue
- ✓ La douleur peut perturber l'humeur, le sommeil, les activités quotidiennes et la qualité de vie en général
- ✓ Un AVC peut affecter le tonus musculaire du bras et de la main. Les membres ayant un tonus élevé ou faible peuvent causer de la douleur



Un membre au **faible tonus** sera **mou et lourd**. Un bras hémiplésique ayant un tel tonus pourrait trop étirer ou des muscles affaiblis pourraient s'y déchirer. Cela peut engendrer une dislocation partielle (subluxation de l'épaule) qui n'est pas corrigible



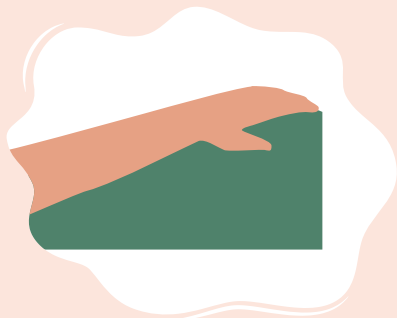
Un membre à tonus élevé est raide et tendu. Un tel muscle peut tirer le bras vers la paroi de la cage thoracique, le poignet plié et la main serrée. Il peut donc être très difficile de bouger le bras ou la main et de donner des soins. Cela peut mener à :

- des lésions cutanées (aisselle, main)
- des difficultés afin d'aider quelqu'un pour l'hygiène personnelle et l'habillement
- une amplitude de mouvement limitée (contractures);
- une douleur à l'épaule

- ✓ Un AVC peut aussi altérer la sensation et la perception (hémignégligence) du bras. Par conséquent, la personne n'est pas nécessairement consciente de la position de son bras, augmentant ainsi les risques de blessure. Par exemple, le bras pourrait pendre sur le côté du fauteuil roulant, blessant ainsi l'épaule, les doigts risquant d'être coincés dans la roue

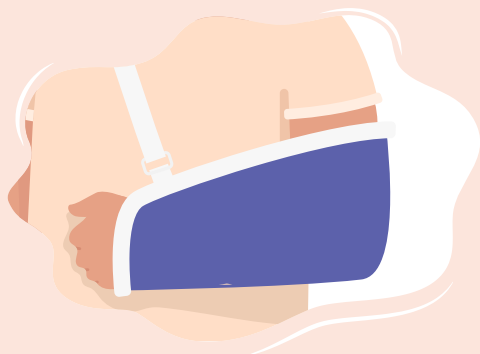
Conseils et astuces - Toujours suivre le plan de soins!

Positionnement



- Faites attention en déplaçant le bras ou la main. Ne tirez pas sur le membre
- Assurez-vous que la main et le bras atteints ont toujours un bon appui au moyen d'oreillers ou d'autres équipement lorsque le plan de soins le recommande
- Dans chaque position, assurez-vous que le coude et l'avant-bras sont éloignés du corps. Tenez le poignet droit ou légèrement déplié, puis placez la paume de la main vers le bas, les doigts aussi allongés que possible
- Consultez les conseils et astuces en matière de soins AVC au sujet du positionnement à la chaise ou au fauteuil roulant après un AVC ainsi que sur le positionnement au lit après un AVC

Mobilité fonctionnelle



- Ne tirez jamais le bras atteint de la personne et ne la levez jamais par les aisselles. Invitez-la à participer autant qu'elle le peut de façon sécuritaire (voir les conseils et astuces en matière de soins AVC - La mobilité après un AVC et Les transferts après un AVC)
- En utilisant un lève-personne, assurez-vous que le bras atteint est placé dans le harnais et soutenu devant le corps
- Assurez-vous que le bras est supporté lorsque la personne est debout, pendant les transferts ou ses déplacements
- Si un thérapeute le recommande, appliquez une attelle au bras afin de soutenir le poids du bras hémipariés durant les activités mobiles

Activités de la vie quotidienne (AVQ)



- Faites attention de toujours soutenir le bras hémipariés
- Déplacez lentement et doucement le bras et la main. C'est particulièrement important durant les tâches telles que le bain et l'habillement
- Surveiller les personnes dont le tonus est élevé et qui ont la main serrée pour l'hygiène et la santé de la peau. Vérifiez si des ongles s'insèrent dans la paume (il faudra peut-être les tailler) ainsi que la propreté entre les doigts
- Ne levez pas le bras au-dessus de l'épaule, à moins que la personne puisse elle-même le faire
- Règle pour s'habiller : on revêt d'abord le bras hémipariés, et on le dévêt en dernier

Demandez le soutien de votre équipe

- ✓ Tous les membres de l'équipe ont un rôle à jouer dans les soins de la main et du bras atteint
- ✓ Les ergothérapeutes et les physiothérapeutes sont des spécialistes de l'hémipariés. Il peut être utile qu'ils participent aux soins de la personne