

# Mieux vivre avec son HÉMIPLÉGIE

## Comment aider un hémiplegique

### COMMENT AIDER UNE PERSONNE HÉMIPLÉGIQUE...

- La sortie du lit
- Le transfert
- Au fauteuil
- La marche en deux temps

#### La sortie du lit

*Ces conseils concernent quelqu'un dont le degré de paralysie est relativement important. Votre patient peut être différent.*



Vous vous placez toujours du côté hémiplegique. La personne sort du lit de ce côté.

Vous faites attention à ne jamais tirer sur le bras hémiplegique. Vous croisez les pieds de la personne. Le pied sain est sous le pied hémiplegique. Il le soutient et le guide. Vous faites pivoter la personne sur son côté hémiplegique en tirant doucement sur le bras sain et en soutenant l'omoplate.

**Chaque personne a gardé des capacités et des possibilités différentes.**

**Il est essentiel que vous y soyez attentif et que vous les exploitiez.**

**En lui demandant un maximum de participation lors des différentes manipulations, vous lui donnerez la possibilité de maintenir et de développer ses acquis.**

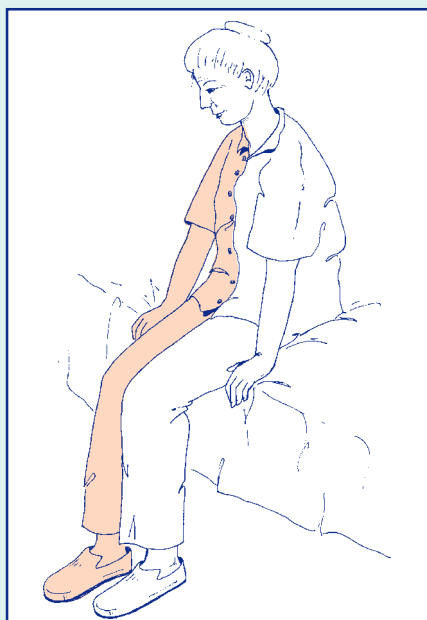


Pour préparer à la position assise, vous soutenez le dos pour empêcher la personne de retomber vers l'arrière et vous amenez les jambes en dehors du lit.

*Cette manipulation est pour vous la plus difficile. Elle sera facilitée si vous demandez à la personne de vous aider en utilisant son bras valide.*



Pour redresser la personne, vous passez la main sous l'épaule hémiplegique. Vous effectuez ensuite un mouvement de bascule : vous redressez le tronc en amenant les jambes vers le sol.



Pour permettre à la personne de s'asseoir sur le bord du lit, vous posez ses deux mains bien à plat de chaque côté d'elle. La personne progresse vers l'avant du lit, seule ou avec votre aide. Elle peut se servir de l'encadrement du lit pour avancer. Les deux pieds reposent bien à plat, l'un à côté de l'autre.

## Le transfert

*Chaque personne a gardé des capacités et des possibilités différentes. Il est essentiel que vous y soyez attentif et que vous les exploitiez. En lui demandant un maximum de participation lors des différentes manipulations, vous lui donnerez la possibilité de maintenir et de développer ses acquis.*



Vous vous placez en face de la personne. Vous posez le bras hémiplegique sur votre propre bras de manière à ce qu'il ne tombe pas et vous soutenez l'omoplate. Vous calez la jambe et le pied hémiplegique avec vos genoux et vos pieds.

*Ces conseils concernent quelqu'un dont le degré de paralysie est relativement important. Votre patient peut être différent.*



**Exploiter les capacités et les acquis de votre patient, c'est lui permettre de gagner en autonomie.**



Vous fléchissez les jambes, vous tirez la personne vers vous, vous la redressez et la faites pivoter vers le siège.  
Le pivot vers la chaise est plus facile du côté hémiparalysé.

Une fois qu'elle est assise, vous lui bloquez les deux jambes. Vous la tirez légèrement vers vous en prenant appui sur ses genoux et vous l'installez confortablement au fond du siège, le dos bien droit.

### **Au fauteuil...**

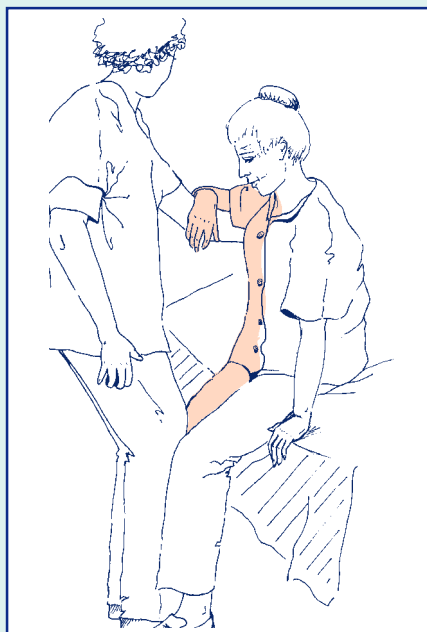
*Si cela est nécessaire, vous ajoutez une épaisseur sous les pieds. Il faut stimuler le patient du côté hémiparalysé. Pour cela, vous placez de ce côté sonnette, réveil, verre d'eau, chaise visiteur, porte d'entrée, table de nuit...*



Si cela est nécessaire, vous calez la personne confortablement avec des coussins. Ils permettront de bien soutenir le côté hémiparalysé. Vous écartez légèrement le bras hémiparalysé du corps. Vous le posez sur l'accoudoir ou sur un coussin, la main à plat, les doigts écartés. Les cuisses reposent sur le siège. Les genoux forment un angle droit. Les pieds reposent sur le sol bien à plat, l'un à côté de l'autre.

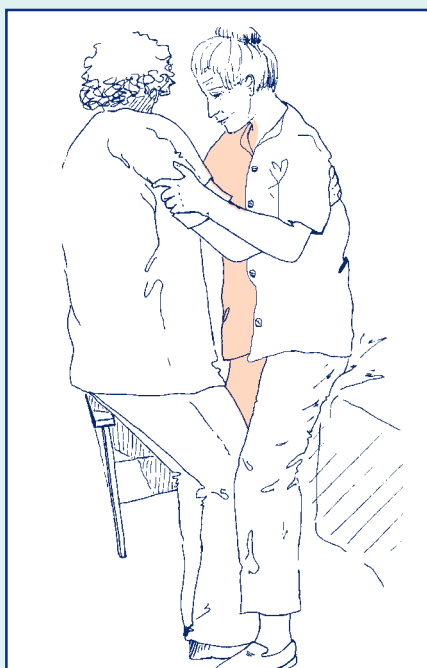
## La marche...

Chaque personne a gardé des capacités et des possibilités différentes. Il est essentiel que vous y soyez attentif et que vous les exploitiez. En lui demandant un maximum de participation lors des différentes manipulations, vous lui donnerez la possibilité de maintenir et de développer ses acquis.



Vous aidez la personne à se redresser de son fauteuil. Pour cela, vous prenez place en face d'elle. Vous lui bloquez le pied et le genou hémiparalysé avec vos pieds et vos genoux. Vous posez le bras hémiparalysé sur votre bras.

**Exploiter les capacités et les acquis de votre patient, c'est lui permettre de gagner en autonomie.**



Vous fléchissez les jambes et en la soutenant aux aisselles, vous l'aidez à se redresser.

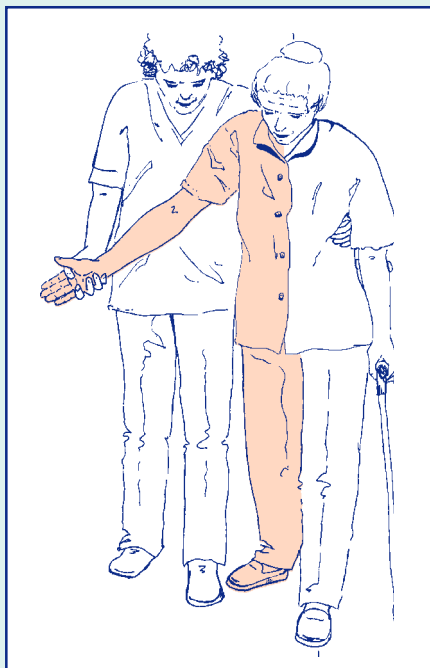
Une fois la personne debout, vous vous placez à côté d'elle, du côté hémiparalysé. Vous saisissez le bras malade et vous l'éloignez du corps. Vous maintenez la hanche du côté sain.



Vous appuyez avec votre hanche sur la hanche hémiparalysée pour rigidifier le bassin. La personne a ainsi plus de facilités pour se maintenir droite. Elle tient la canne de sa main saine.

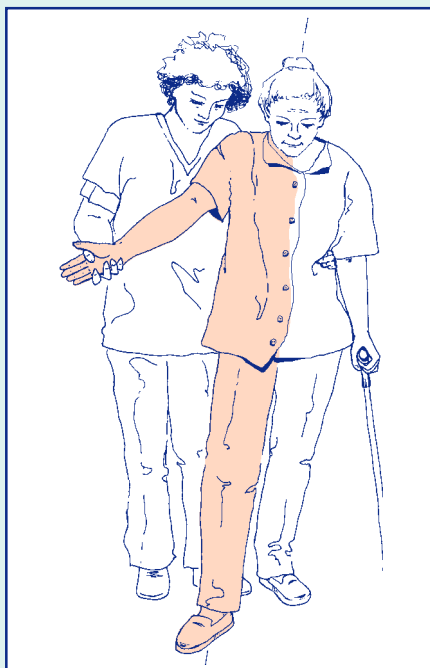
## La marche se fait en deux temps

*Ces conseils concernent quelqu'un dont le degré de paralysie est relativement important. Votre patient peut être différent.*



### Premier temps

Vous basculez la personne sur son côté hémiplégique. Elle avance la jambe saine en s'appuyant sur sa canne.



### Deuxième temps

La personne s'appuie sur sa jambe saine et avance la jambe hémiplégique. Vous pouvez aider le pied hémiplégique à avancer avec votre pied.

D'après une brochure réalisée en collaboration avec la Clinique Notre-Dame de Waremmé

Une initiative du



En collaboration avec



Avec le soutien de

