
Hôpital de semaine

Projet de soins aux alternatives intégrant le projet de soins du CHV

Le toucher dans les soins

Professionnels :

- Gabrielle Damprund : aide-soignante
- Pascale Dodeman : aide-soignante
- Sylvie Kerharo : aide-soignante
- Joël Berthier: aide-soignant

Objectif :

Redéfinir l'image corporelle par le biais de :

- La détente
- La relaxation
- La réassurance
- La communication
- Et le bien-être

1/Pré-requis aux toucher-massages :

Il est bien entendu que nous ne parlons que du massage superficiel et non des massages spécialisés des masseurs kinésithérapeutes.

Avant tout geste, les soignants se rapprocheront des médecins du service en vue d'une validation médicale indispensable.

2/Niveaux requis :

- Formation initiale d'aide-soignante (DPAS)
- Formation qualifiante (niveaux 1 et 2) suivie en interne avec une relaxo-sophrologue, Danièle Sidibé formatrice à l'IFSI de Mantes-la-Jolie.

3/Compétences :

- Dans le domaine de la technique de relaxation
- De la remise en forme, fondée sur le lâcher-prise
- Les mobilisations passives, afin d'obtenir un relâchement complet et un bien-être immédiat
- Ce projet intègrera le projet de soins institutionnel.

N.B : Madame Maud NANTOU, Psychologue clinicienne en rééducation fonctionnelle est la personne ressource de ce projet. Elle pourra à tout moment être sollicitée pour son expertise dans ce domaine

4/Description de la méthode et effets escomptés :

On redécouvre à travers le toucher, des communications avortées, des contacts esquivés, des sentiments refoulés...mais aussi un lien privilégié. On pleure, on respire mieux, on s'apprivoise, on s'adapte et on guérit intérieurement.

Le massage mérite que les soignants lui accordent un intérêt renouvelé comme mode de communication et d'intervention La manière de réaliser le massage est basée sur des gestes simples, englobant, reliant, unifiant les différentes parties du corps.

La relaxinésie peut être aussi une façon innovante d'apprendre à utiliser une attitude et des gestes sécurisants, à entrer en relation avec le corps de l'autre, par le toucher. Les patients sont libres d'accepter ou non le toucher massage, ou juste d'assister à une relaxation, dans un premier temps.

4.1/ Les effets en retour (effets escomptés) :

Le fait d'être touché a des effets bénéfiques immédiats, mais aussi prolongés. Le massage, par ses effets physiologiques, agit sur divers systèmes :

- Il facilite le retour veineux, la circulation et la résorption de la lymphe au niveau des œdèmes et favorise la diurèse
- Active la circulation capillaire et entraîne une vasodilatation
- Stimule les terminaisons nerveuses du tissu conjonctif et a un effet sédatif
- Améliore la récupération musculaire et lève les contractures
- Assouplit la peau

Le massage harmonise la respiration, la digestion, le transit intestinal et a aussi un effet direct sur le schéma corporel retrouvé chez les amputés et les hémiplegiques. Confiance, attention, don de soi font la qualité du massage (massage pour le plaisir, plaisir du toucher). Le toucher massage apporte un certain plaisir associé aux qualités de la présence et est apte à susciter un climat de sécurité.

4.2 / Les différents massages

Les pieds :

Notre vécu s'inscrit dans nos pieds : les émotions et la manière de les vivre, provoquent des tensions musculaires modifiant notre posture. Les pieds possèdent des centaines de terminaisons nerveuses qui seraient en relation avec toutes les parties du corps.

Sensation d'apaisement, de légèreté, de relâchement dans les jambes.

Les mains :

Facilement accessible, la main, sensible à l'extrême et intime, se prête merveilleusement bien au massage.. Celui-ci est particulièrement relaxant, à la fois de par son activité incessante tout au long du jour mais aussi parce qu'elle présente des liaisons réflexes avec tout le reste du corps.

Le dos :

Les tensions, les tracas quotidiens, viennent se fixer dans la nuque, le dos, qu'ils enraidissent.

Le massage va permettre de dénouer les contractures musculaires qui s'y sont formées, de détendre la région de la colonne vertébrale, axe de vie. Il permet une plus grande ouverture de la cage thoracique avec très certainement un retentissement favorable sur les organes internes.

Le visage et la tête :

Les muscles faciaux trahissent toutes les nuances émotionnelles. Sous l'influence du stress, ils sont involontairement figés en une sorte de masque rigide. La seule échappatoire est la relaxation des muscles sous-cutanés du visage par le massage.

Toucher le visage, c'est toucher l'être au plus profond.

Massage balle :

Effectué avec des balles de tennis, pour les patients qui ne supportent pas le contact.

Massage minute :

Effectué avec un patient assis ou bien debout.

La relaxation :

Basée sur la respiration abdominale, déstresse un patient agité (gestion du stress), peut être faite au lit de la personne.

5/Moyens humains :

- Temps consacré par massage : entre 5 et 30 mn
- Temps détaché du service : voir avec la cadre pour harmonisation du planning
- Planification des touchers massages avec **fiches en T** précisant la date et l'heure ainsi que le nom du soignant
- Valorisation des soins : **traçabilité** dans le dossier patient sous forme de **macro-cible**
- Evaluation de la satisfaction au regard des questionnaires de sortie

6/ Moyens techniques :

- une salle avec des stores
- une table de massage
- un fauteuil de confort
- des huiles parfumées
- des huiles de massage
- un poste CD
- des CD spécifiques
- des draps de bain
- une affichette pour la porte

7/Synthèse du projet :

Ces soins d'accompagnement sont destinés aux 25 patients de l'hôpital de semaine et l'hôpital de jour, ils seront planifiés, et nécessitent la formation institutionnelle **le toucher dans les soins.**

Ainsi, le toucher massage peut se résumer comme un dialogue impliquant deux personnes se rencontrant pour échanger des informations et des messages de façon non-verbale. Avoir du tact, ce n'est pas maintenir la personne dans une attitude infantile, c'est l'aborder comme sujet responsable, dialoguer au niveau du corps, de la peau, des tissus profonds.

Au-delà de la sécurité et de la confiance que nous devons créer, au-delà du désir de guérir, de soulager, le toucher doit être signal et le massage doit être message pour garder toute la valeur de communication.

Incorporer le toucher dans notre pratique de soignants, permet non seulement d'enrichir notre capacité à faire, mais surtout de s'ouvrir à la vision d'un être humain bio-psycho-social-spirituel inséré dans un environnement qui agit sur lui et sur lequel lui-même agit.