



**Aidez Votre Guérison :
Votre Guide de gestion des brûlures**

Brûlures du deuxième degré



**Santé à domicile
Ontario**

Le programme

Cette brochure vous aidera à :

- vous occuper de votre brûlures chez vous;
- rehausser et conserver votre santé et votre qualité de vie;

Vous pouvez utiliser cette brochure et le passeport qui l'accompagne pour :

- noter les informations au sujet de vos soins;
- guider les soins quotidiens que vous apportez à votre brûlures;
- savoir quand vous devriez téléphoner à votre équipe;
- vous assurer que vous recevez les meilleurs soins possible pour votre brûlures.

Votre équipe de soins tient à collaborer avec vous pour assurer la guérison et l'autotraitement de votre brûlures.



Vous avez fixé certains buts personnels. Or, votre passeport est un outil qui vous aide à faire le suivi de ces buts et de vos soins, alors que vous commencez à soigner vous-même votre plaie chez vous.

Pour que votre brûlures guérissent, vous devrez prendre soin de vous et porter attention à votre corps. Mais vous ne devez pas pour autant cesser de faire tout ce que vous aimez faire. Pour cela, cette brochure vous aidera!

Conservez cette brochure et votre passeport à portée de la main pour que puissiez les consulter facilement et y noter des informations sur l'évolution de votre guérison.

Thérapie pour une Brûlure du Deuxième Degré

Vous devrez prendre des mesures pour favoriser le processus de guérison de votre brûlure.

La prise en charge d'une brûlure comprend le changement de pansements, le nettoyage, le débridement (l'enlèvement de débris de tissu) et l'application topique d'un produit.

Les pansements :

- protègent la brûlure
- absorbent le liquide qui s'écoule (appelé exsudat)
- apaisent la douleur

Si vous éprouvez de la douleur :

- essayez de placer le membre brûlé au-dessus du niveau de votre cœur. Cela peut apaiser la douleur et réduire l'enflure
- prenez les médicaments prescrits par votre fournisseur de soins primaires
- vous pouvez choisir de prendre des médicaments contre la douleur en vente libre comme l'acétaminophène (Tylenol) ou l'ibuprofène (Advil)

Pour vous assurer que la brûlure guérit bien et éviter l'infection et les complications :

- évitez de gratter la zone brûlée
- si une ampoule se forme, ne la percez pas
- assurez-vous que votre immunisation contre le tétanos est à jour



Gestion de votre brûlure

Les conseils suivants vous aideront à traiter votre brûlure. Pour assurer VOTRE santé optimale, prenez les mesures suivantes :



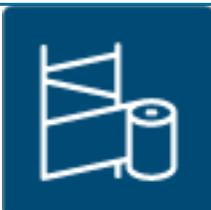
- 1. Lavez-vous les mains.** La mesure la plus importante à prendre pour prévenir l'infection est de se laver les mains. Vous pouvez vous laver les mains pendant 20 secondes avec du savon et de l'eau ou utiliser un désinfectant à base d'alcool. Lavez-vous les mains avant de toucher un pansement et après.



- 2. Vérifiez votre brûlure chaque jour pour des signes d'infection ou d'un écoulement accru.** Il est important pour vous de surveiller votre brûlure et de savoir quand demander de l'aide. Passez en revue les signes figurant à la fin de ce livret avec votre fournisseur de soins de santé.



- 3. Restez hydraté.** La consommation d'eau permet de remplacer l'eau perdue. Assurez-vous de boire de 6 à 8 verres de liquides chaque jour à moins d'avis contraire de la part de votre fournisseur de soins de santé.



- 4. Protégez la zone brûlée contre les chocs et les blessures** en veillant à ce que rien ne touche ou ne heurte le pansement. Lorsque vous prenez votre douche, assurez-vous que le jet d'eau n'est pas dirigé sur le pansement.



- 5. Ayez une alimentation équilibrée** et riche en protéines, car les protéines aident à garder la peau en bon état et à guérir les plaies.



- 6. Si vous fumez, CESSEZ!** Fumer est mauvais pour la circulation du sang, votre peau et votre corps. Votre équipe discutera avec vous des options qui vous aideront à abandonner cette habitude. C'est vraiment l'une des meilleures choses que vous puissiez faire pour votre corps à n'importe quel âge.



Signes d'un problème

L'apparence de votre brûlure changera tout au long du processus de guérison. Changer votre pansement vous donne l'occasion d'examiner votre brûlure de plus près.

Appelez l'infirmière si vous remarquez les changements suivants :

- le liquide dans le pansement est laiteux ou rouge vif plutôt que clair
- votre pansement se sature rapidement de sang
- vous avez une fièvre de 38 °C
- la brûlure est plus rouge que d'habitude ou a une odeur désagréable
- la peau autour de la brûlure a une apparence rougeâtre ou semble irritée
- le pansement semble lâche
- vous éprouvez de la douleur

Au cours des visites du personnel infirmier

Le personnel infirmier :

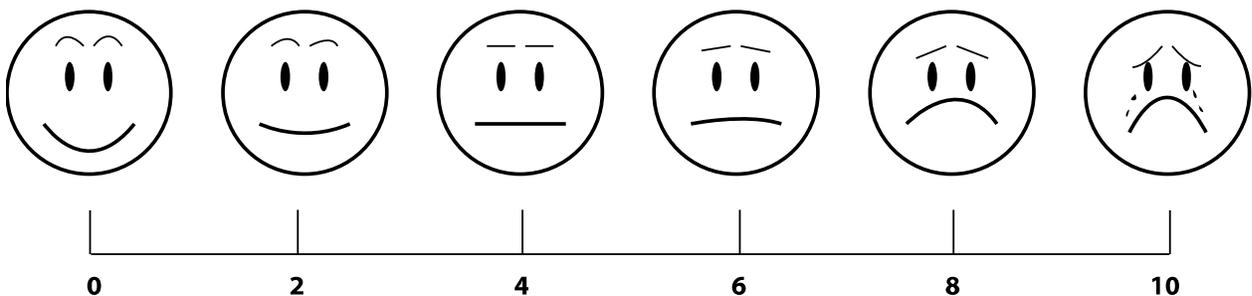
- recueillera vos antécédents médicaux et évaluera l'état de votre peau;
- procédera à une évaluation de votre brûlure au moins une fois par semaine;
- évaluera votre douleur;

- vous posera des questions au sujet de votre alimentation et de votre niveau d'activité physique;
- retirera votre pansement et nettoiera la brûlure avec de l'eau; et
- appliquera un nouveau pansement et vous donnera des conseils sur les soins à apporter à la brûlure et la façon de protéger le pansement jusqu'à la prochaine visite.

Activités quotidiennes

Veillez vous occuper de ces activités quotidiennes :

- Vérifiez votre pansement quotidiennement. Assurez-vous que le pansement est sec et stable. Jugez s'il est nécessaire de changer le pansement.
- Examinez votre peau et votre corps.
- Remarquez toute différence de l'aspect de votre plaie chaque jour ou à chaque changement de pansement.
- Nourrissez-vous bien, mangez des repas réguliers et consommez assez de protéines.
- Jugez de votre état de santé général aujourd'hui.
- Suivez votre plan d'exercice physique.
- Évaluez le degré de douleur que vous ressentez. L'échelle ci-dessous peut vous aider à évaluer votre degré de douleur. Vous pouvez en discuter avec votre infirmière ou votre infirmier à vos rendez-vous.



Symptômes sérieux

Si vous avez un de ces symptômes, téléphonez au 911 ou allez au service d'urgence immédiatement!

- Votre température corporelle dépasse 100 °F (37,8 °C) pendant plus de 4 heures.
- Vous avez de la difficulté à respirer.
- Vous éprouvez de la confusion.
- Vous faites de la fièvre, vous frissonnez ou vous avez des étourdissements.
- Votre plaie saigne et le saignement NE CESSE PAS.

Coordonnées de vos contacts

Utilisez cette page pour noter les numéros de téléphone et les renseignements importants pour la période de traitement de votre plaie à domicile.

Le nom de mon infirmière ou infirmier : _____

Son n° de téléphone cellulaire : _____

Son n° de téléphone au bureau : _____

Ma coordonnatrice ou mon
coordonnateur de soins: _____

Son n° de téléphone cellulaire : _____

Son n° de téléphone au bureau : _____

Nom de mon médecin : _____

Son n° de téléphone cellulaire : _____

Son n° de téléphone au bureau : _____



Pour nous joindre

Si vous avez des questions au sujet de nos services, n'hésitez pas à communiquer :

310-2222 • ontariosanteadomicile.ca

Santé à domicile Ontario a plusieurs bureaux communautaires dans le nord-est pour vous servir, dont les suivants :

Kirkland Lake

53, ch. Government Ouest
Kirkland Lake ON P2N 2E5
Téléphone : 705-567-2222
Sans frais : 1-888-602-2222

North Bay

1164, av. Devonshire
North Bay ON P1B 6X7
Téléphone : 705-476-2222
Sans frais : 1-888-533-2222

Parry Sound

6, rue Albert
Parry Sound ON P2A 3A4
Sans frais : 1-800-440-6762

Sault Ste. Marie

390, rue Bay, bureau 103
Sault-Sainte-Marie ON P6A 1X2
Téléphone : 705-949-1650
Sans frais : 1-800-668-7705

Sudbury

40, rue Elm, bureau 41-C
Sudbury ON P3C 1S8
Téléphone : 705-522-3461
Sans frais : 1-800-461-2919
TTY : 711 (demandez le numéro 1-888-533-2222)

Timmins

330, av. Second, bureau 101
Timmins ON P4N 8A4
Téléphone : 705-267-7766
Sans frais : 1-888-668-2222

Des soins exceptionnels, peu importe où vous habitez.

Chaque jour, Santé à domicile Ontario coordonne les soins offerts à domicile et en milieu communautaire à de milliers de patients partout dans la province.

Pour des renseignements sur les soins à domicile et en milieu communautaire et sur le placement dans un foyer de soins de longue durée, ou pour présenter une demande de services, veuillez composer le 310-2222. Aucun indicatif régional n'est requis.

www.ontariosanteadomicile.ca