



GUIDE D'INFORMATION POUR LES PERSONNES VICTIMES DE BRULURES

Madame, Monsieur,

Vous avez été victime de brûlures graves.

Votre peau nécessite une prise en charge spécialisée pour éviter au maximum les séquelles.

C'est la raison pour laquelle vous allez être hospitalisé(e) au centre de rééducation et de réadaptation de Kerpape. Vous trouverez dans ce livret tous les renseignements concernant vos soins.

Vous serez pris(e) en charge par une équipe multidisciplinaire et bénéficierez d'une rééducation intensive avec un planning de soins.

Sa durée dépendra de votre évolution cutanée et de votre gêne pour les activités de vie quotidienne.

Nous vous invitons maintenant à parcourir ce livret qui vous permettra d'avoir une idée sur le traitement de votre peau brûlée pendant votre séjour au centre mais également lors de votre retour à domicile.

Docteur A. Jacquot
Docteur V. Tsimba
Docteur P. Verschoore
l'équipe multidisciplinaire

La Peau

La peau est l'enveloppe du corps humain.

Elle est constituée de trois tissus juxtaposés :

- l'épiderme assure la protection, comme une barrière entre l'organisme et l'environnement ; il est superficiel et protège la peau des agressions et protège des rayonnements ; il est fin et particulièrement vulnérable
- le derme est la couche la plus épaisse de la peau ; il assure les fonctions de souplesse et d'élasticité ; c'est le support nourricier de l'épiderme du fait de sa richesse en vaisseaux sanguins ; il renferme les capteurs sensitifs de la peau
- l'hypoderme sépare le derme des tissus sous-jacents ; il joue un rôle d'isolant thermique, mécanique et de réserve énergétique. Son épaisseur varie beaucoup selon la localisation, l'âge et la nutrition.

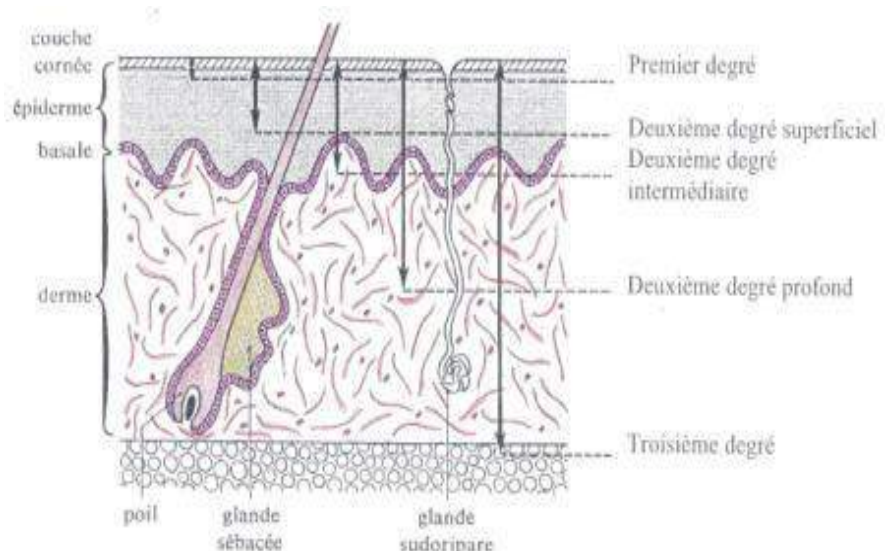
La Brûlure

La gravité d'une brûlure est définie par :

- son étendue : mesurée en pourcentage de la surface corporelle.
- sa profondeur : mesurée en degré, du 1^{er} superficiel au 3^{ème} le plus profond
- sa localisation : certaines zones sont plus difficiles à traiter que d'autres, notamment le visage et les mains
- l'agent causal
- l'âge : élément déterminant du pronostic
- les antécédents médicaux

La prise en charge initiale des personnes victimes de brûlures a pour objectif une cicatrisation la plus rapide possible.

La cicatrisation peut être obtenue de façon dirigée (pansements) ou grâce à la chirurgie (greffes).



La Cicatrisation

La cicatrisation est un long processus qui comporte deux phénomènes :

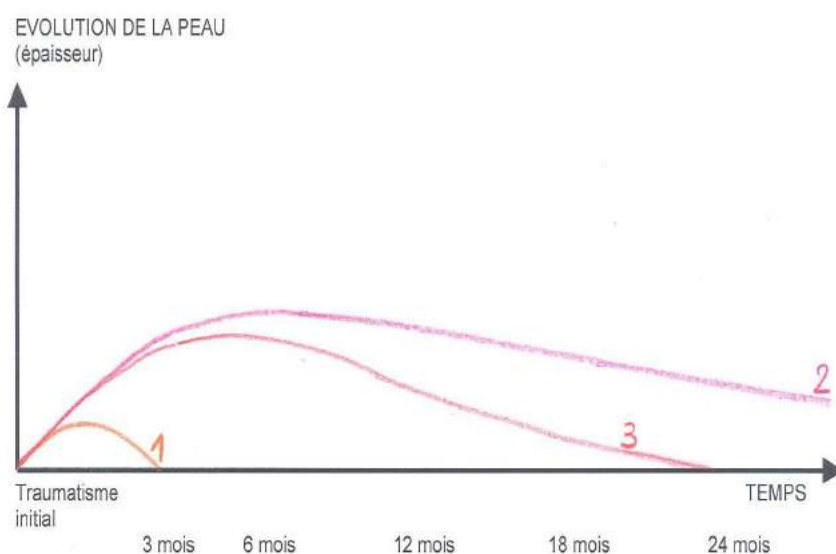
- la guérison des plaies = l'épiderme se reconstitue.
- la restauration d'un derme de qualité, au prix d'une réaction inflammatoire habituelle, à contrôler.

La cicatrice reste évolutive, de quelques mois à quelques années, bien que les plaies soient refermées. La rougeur de la peau, appelée INFLAMMATION, témoigne d'une intense activité biologique et se traduit par des démangeaisons.

La réparation cutanée s'accompagne d'un épaissement du derme cicatriciel ou HYPERTROPHIE (séquelles esthétiques) et d'une perte d'élasticité ou RETRACTION (séquelles fonctionnelles). L'intensité de ces manifestations est très variable d'un sujet à l'autre et, chez la même personne, d'une cicatrice à l'autre. La disparition de la rougeur signe la fin de l'évolution cicatricielle. Les soins et la rééducation vont diriger le processus de cicatrisation.



Le tabac ralentit la cicatrisation



1. Evolution d'une plaie hors brûlure : cicatrisation de qualité rapide, sans soin spécifique
2. Evolution spontanée d'une peau brûlée : pic inflammatoire entre le 3ème et le 6ème mois, exposant au risque hypertrophique et rétractile chronique
3. Evolution cicatricielle avec soins spécifiques : contrôle de l'inflammation en intensité et en durée, amélioration du résultat final.

Les Soins Infirmiers

Les soins corporels sont essentiels pour garantir un confort cutané. Votre peau est très sèche, elle réclame une hygiène et une protection journalières.



Les règles d'hygiène

Les cicatrices doivent être lavées avec un savon hypoallergénique, rincées et séchées soigneusement. Il est nécessaire d'appliquer la crème (conseillée par votre médecin) sur la peau plusieurs fois par jour au niveau des brûlures et des prises de greffes.



*Le rasage favorise l'inflammation. Il est préférable d'utiliser un rasoir mécanique et finir par l'application d'une crème.
Ne pas utiliser de produit parfumé ou à base d'alcool qui risque d'irriter la peau.*

Les démangeaisons

- ▶ Le médecin prescrit un médicament spécifique.
- ▶ En cas de démangeaisons, il faut surtout éviter de gratter.
- ▶ Signaler au personnel soignant l'apparition ou l'augmentation des démangeaisons
- ▶ Le port des vêtements compressifs et la crème hydratante réduisent les démangeaisons.

Les douleurs

Les douleurs sont évaluées et prises en charge

Pour les enfants victimes de brûlures, les parents sont sollicités pendant le séjour pour participer aux soins (crémage, mise en place de l'appareillage) et ainsi se préparer au retour au domicile pour les week-ends thérapeutiques et à la sortie définitive. Ils seront, à la maison, les premiers acteurs de soins auprès de leur enfant.

L'Alimentation

La priorité est d'avoir une alimentation variée et équilibrée afin de couvrir tous les besoins.



Vigilance particulière pour :

- l'apport en eau qui se fera par les boissons, compter 1,5 l par jour (eau, café, infusion, potage) et par les aliments riches en eau (légumes verts minimum une fois par jour et fruits 2 à 3 par jour). En effet, une hydratation insuffisante fragilise la peau qui se dessèche.
- les protéines sont des éléments bâtisseurs nécessaires à la reconstruction des tissus. Une alimentation normo-protidique est nécessaire et suffisante : viande ou poisson ou œufs, 100 à 150 g/jour, laitages 3/jour ainsi que des céréales (pain, pâtes, riz...), et légumes secs régulièrement.

Votre menu sera suivi par les diététiciennes de Kerpape. Tout d'abord il faut retrouver son poids de forme et le stabiliser. Ensuite les vêtements compressifs pourront être faits sur mesure.



La prise de poids fragilise les tissus cicatrisés

Les vêtements en tissu compressif

La pression du tissu élastique est destinée à éviter l'apparition de cicatrices hypertrophiques ; elle soulage les démangeaisons. Les vêtements compressifs doivent être portés en continu jour et nuit ; la diminution puis l'arrêt du port sont des décisions médicales.



Les vêtements doivent être parfaitement adaptés à votre anatomie pour une bonne compression. En début de séjour, ils sont réalisés à Kerpape, avec un tissu compatible avec les pansements ; ensuite des vêtements compressifs industriels sont réalisés d'après les mesures effectuées par l'ergothérapeute. Leur tissu, très spécialisé, est coûteux mais homologué, ce qui ouvre droit à une prise en charge par la sécurité sociale.

Au cours de votre séjour, la technique d'enfilage du vêtement vous sera montrée, elle doit être soignée pour que les renforts soient à leur place et pour qu'il n'y ait pas de plis (sous pattes de fermetures, articulations...).

Vous disposez de plusieurs jeux de vêtements pour permettre le lavage.

L'Appareillage

Lors de votre séjour, le médecin vous a peut-être prescrit un ou plusieurs appareils :

- les attelles de postures sont indiquées en cas de brûlure des zones articulaires. Elles préviennent les attitudes vicieuses au niveau des articulations, en complément de la rééducation, afin de rétablir au mieux les amplitudes.
- le conformateur translucide vise à comprimer et/ou posturer. Vous devez le porter 24h/24 (sauf lors des repas et de la toilette) et dormir sur le dos si possible sans oreiller. Ce traitement dure jusqu'à la maturation cicatricielle.



L'entretien des appareils

- ▶ Laver au moins deux fois par jour les appareils à l'eau tiède et au savon neutre
- ▶ Bien les sécher et les repositionner
- ▶ Laver les sangles régulièrement

- ⇒ Ne pas les laver au savon
- ⇒ Ne pas les exposer à la chaleur
- ⇒ Nous comptons sur votre attention pour nous signaler toute intolérance
- ⇒ Les sangles et les velcros de vos appareils peuvent se détériorer, ne pas hésiter à contacter le professionnel qui vous les a réalisés pour les changer :

- . orthoprothésistes : conformateur, orthèse thoraco-brachiale, coudières, attelles des membres inférieurs
- . ergothérapeutes : attelles de mains



La Rééducation

Tout au long de votre séjour, les kinésithérapeutes en association avec les ergothérapeutes et les enseignants en Activités Physiques Adaptées ont un travail complémentaire de



1- Réalisation des soins cutanés spécifiques :

- crémifier la peau pour la nourrir et diminuer la sensation de tiraillement
- diminuer l'inflammation et les démangeaisons grâce à l'effet de la pression des jets filiformes et du LPG
- avoir un plus bel aspect esthétique et une meilleure souplesse de la peau grâce aux massages dermo-épidermiques et au LPG.

2- Récupération des amplitudes articulaires par le maintien de postures et de mobilisations.

3- Reconditionnement à l'effort :

- améliorer la force musculaire
- améliorer l'endurance

4- Restauration de l'autonomie dans les activités de la vie quotidienne.

Lors de votre sortie, en fonction de l'état de votre peau, et en accord avec le médecin, les soins se poursuivent au-delà du séjour, chez un kinésithérapeute en libéral proche de chez vous.

Le Soutien Psychologique

Divers sentiments pénibles peuvent être une conséquence logique de l'accident. Un soutien psychologique vous est indispensable.

Le psychologue est là pour vous accompagner dans la prise en compte des effets psychologiques des brûlures, à travers des entretiens ponctuels ou réguliers tout au long du séjour.

Les Assistantes Sociales du SRISP

Les assistantes sociales sont vos interlocutrices privilégiées durant votre séjour pour vous informer sur vos droits et vous accompagner dans l'organisation de votre sortie et la mise en œuvre de votre projet d'insertion socio-professionnelle.

La Cure Thermale

Elle est prescrite si nécessaire par le médecin. Cette cure a une durée moyenne de 21 jours, elle permet d'apporter un meilleur confort cutané et si possible une amélioration esthétique.

Deux centres peuvent vous accueillir : La Roche Posay (50 km de Poitiers) ou St Gervais (près de Chamonix).

Le secrétariat social est chargé d'établir le dossier de demande avec votre collaboration.



Les enfants doivent être accompagnés par un parent

La Protection Solaire

Votre peau n'est plus protégée, nous vous conseillons de :

- appliquer une protection solaire indice 50+
- ne pas s'exposer au soleil et adopter des tenues vestimentaires couvrantes
- porter un chapeau et des lunettes
- éviter les heures de fort rayonnement (11 h – 16 h)



L'exposition au soleil entraîne une coloration irréversible des cicatrices.

Les Loisirs

Après quelques mois de soins et en fonction de son évolution, vous pourrez reprendre vos activités habituelles, sportives et de loisirs. Plage et piscine sont autorisées avec précaution (rinçage soigneux à l'eau douce).



La Conduite Automobile

Pour reprendre la route en toute sécurité, le Centre propose des évaluations de conduite et vous apporte conseils et solutions.



Le Suivi Médical

Des consultations régulières de suivi seront assurées par l'équipe médico-chirurgicale qui vous connaît pour :

- la surveillance de l'évolution cicatricielle
- le renouvellement des dispositifs compressifs et de posture
- les prescriptions de soins spécialisés et de cures thermales. Une 1ère cure thermique est proposée 6 à 8 mois après l'accident, pour 3 semaines ; elle peut être renouvelée. Elle comporte des soins cutanés spécifiques : massages, jets filiformes...
- l'accompagnement socio-professionnel
- l'orientation éventuelle vers des temps de chirurgie plastique et/ou réparatrice

Après la sortie de Kerpape, le suivi des enfants et adolescents est particulièrement important pour évaluer le retentissement éventuel des cicatrices sur la croissance ; le suivi est rapproché (trimestriel dans les deux premières années puis au moins une fois par an), avec renouvellement plus fréquent des vêtements compressifs et de l'appareillage.



Pensez à signaler tout problème avant votre consultation et à apporter vos appareils (conformateur, orthèses)

LES CONSEILS PREVENTIFS

D'ABORD DE L'EAU POUR SAUVER TA PEAU

Pour éviter les accidents domestiques, il faut d'abord connaître les dangers de son environnement, prendre des habitudes plus sûres, et surtout les expliquer aux enfants.

Apprenez aux enfants à reconnaître les objets brûlants dès leur plus jeune âge, ne laissez jamais un enfant seul dans la cuisine ou dans la salle de bain.

Appliquer, en cas de brûlure, la technique de refroidissement pendant au moins 10 min sous un jet d'eau froide, le plus localisé possible pour éviter un refroidissement trop important de tout le corps (l'eau ne doit pas être trop froide car la température du corps pourrait descendre trop bas).

Enlever les vêtements, sauf s'ils collent, car dans ce cas ils risquent d'arracher la peau. Ne pas courir avec des vêtements en feu, si la personne est seule il faut qu'elle se roule par terre pour étouffer les flammes. S'il y a une tierce personne, celle-ci enroulera la victime dans une couverture.



Téléphoner aux Pompiers (18) et au SAMU (15)

LES ADRESSES UTILES

Centre Mutualiste de Rééducation et de Réadaptation Fonctionnelles de Kerpape

Accueil : 02.97. 82.60.60

Secrétariat des Médecins : Docteur A. Jacquot : 02.97.82.60.38
Docteur V. Tsimba : 02.97.82.60.24
Docteur P. Verschoore : 02.97.82.60.03

Infirmières : o Secteur Adultes : Hospitalisation complète : 02.97.82.61.17
Hospitalisation de jour : 02.97.82.61.94

o Secteur Enfants : Hospitalisation complète : 02.97.82.61.31 ou 61.30
Hospitalisation de jour : 02.97.82.61.35

Orthoprothésistes : 02.97.82.60.94 (secrétariat)

Kinésithérapeutes : o Secteur Adultes : 02.97.82.60.70 o Secteur Enfants : 02.97.82.67.17.

Ergothérapeutes : o Secteur Adultes : 02.97.82.60.82 o Secteur Enfants : 02.97.82.60.75

Service Sports : Enseignants en Activités Physiques Adaptées 02.97.82.60.56
Maîtres nageurs : 02.97.82.60.47

A.B.F. - Association des Brûlés de France

Tél. 01.42.02.25.01

Etablissements Thermaux

► **Saint Gervais - Le Fayet Saint Gervais**

Tél. 04.50.47.54.59

► **La Roche Posay**

Tél. 04.50.47.54.59

