



Transfert dans la baignoire

Bath Tub Transfer

Pour effectuer le transfert sur une chaise de bain, il faut placer la chaise de bain à une bonne hauteur et se glisser dessus, avec ou sans l'assistance d'un aidant ou d'une planche de transfert. Il faut être extrêmement prudent en effectuant ce transfert, car les surfaces mouillées peuvent être glissantes.

Demandez à votre thérapeute si cette manœuvre est indiquée pour vous. Exercez-vous avec votre thérapeute avant de l'essayer par vous-même. Votre thérapeute peut montrer à votre aidant la manière la plus sécuritaire de vous seconder.

Marche à suivre

1. Assurez-vous que les quatre pattes de la chaise de bain sont de la bonne hauteur.
2. Assurez-vous que tout est bien sec autour de vous.
3. Placez votre fauteuil à côté de la chaise de bain à un angle de 30° à 45°. Enlevez l'appui-bras du côté de la chaise de bain ainsi que le repose-jambes du fauteuil roulant, s'il y a lieu. Appliquez les freins de votre fauteuil et détachez votre ceinture de sécurité.
4. Avancez-vous dans votre fauteuil jusqu'à ce que vos fesses soient devant la roue.
5. Placez votre planche de transfert bien solidement sous vos jambes, à mi-cuisse et devant la roue de votre fauteuil roulant. Vous pouvez mettre une serviette sur la planche de transfert pour vous aider à glisser dessus.
6. Placez une main sur le rebord de la planche et l'autre sur la poignée de la chaise de bain. Penchez le haut de votre corps vers l'avant en vous inclinant du côté opposé à la chaise de bain.
7. Utilisez vos bras pour soulever ou glisser vos fesses sur la planche de transfert.
8. Essayez de placer vos fesses le plus loin possible, dans le coin arrière de la chaise de bain. Soulevez vos jambes une à la fois pour les mettre dans la baignoire en faisant attention de ne pas les heurter contre le bain.

Le rôle de l'aidant

- Votre aidant peut se placer devant vous, ses genoux face aux vôtres et ses pieds à l'extérieur des vôtres. Cette position permettra de stabiliser votre corps et vous empêchera de glisser vers l'avant.
- Lorsque vous êtes penché devant, votre aidant peut soutenir vos hanches ou votre torse.
- Comptez ensemble jusqu'à trois lorsque vous êtes prêt à faire le transfert pour que vous effectuiez le mouvement en même temps. Vous pouvez décider qui va compter.

Autres conseils utiles

- Les barres d'appui peuvent servir à vous stabiliser ou vous offrir plus de soutien. **N'UTILISEZ PAS un support à serviettes comme barre d'appui.** Ce n'est pas assez solide pour supporter votre poids.
- Utilisez un banc de transfert rembourré pour mieux protéger votre peau.
- Lorsque vous faites le transfert sans vêtements, une serviette ou un coussinet en gel devrait être placé sur le pneu du fauteuil roulant pour diminuer les risques de lésions cutanées pendant la manœuvre.
- Une serviette est parfois utile pour mieux glisser sur la planche de transfert.

Conseil : Lorsque votre aidant et vous êtes prêts à faire le transfert, vous pouvez dire : 1, 2, 3, on y va!

Pour de plus amples renseignements, veuillez contacter votre physiothérapeute.

Rédigé par : Tess Devji	Mise à jour : 2011-03-01
Avertissement : Renseignements fournis uniquement à des fins éducatives. Consultez un professionnel de la santé qualifié pour des problèmes médicaux ou un traitement spécifiques. Toronto Rehab n'assume pas et décline toute responsabilité à l'égard de tiers pour toutes pertes ou dommages causés par des erreurs ou des omissions dans cette publication.	© 2010 Toronto Rehab. Les documents peuvent être reproduits seulement à des fins non commerciales. www.spinalcordconnections.ca.
Remis à (nom) :	Remis le :