

Hygiène et prothèses



Des gestes simples à faire au quotidien.



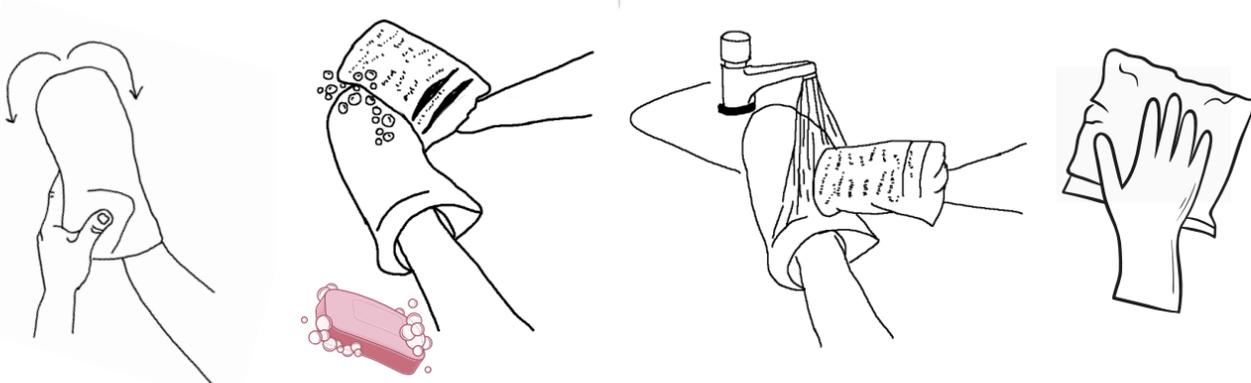
Pour ton membre résiduel (moignon) Petit bras/petite jambe

- **Lave ta peau** tous les jours, de préférence le soir, avec du savon doux, rince bien et sèche complètement
- Le soir 🌙 il est important de **mettre de la crème hydratante** sur ta peau, pour qu'elle soit complètement sèche le lendemain matin avant de remettre ta prothèse. Essuie le surplus de crème dans les plis de peau.



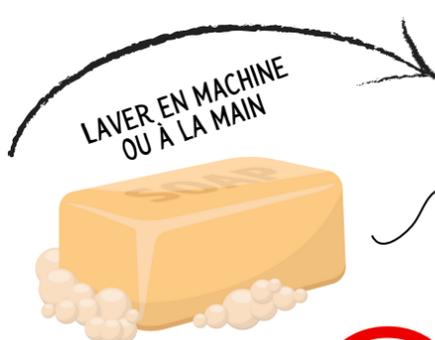
Pour ton manchon

- **Lave-le le soir** 🌙 pour lui laisser le temps de sécher complètement avant de le remettre !
- Si tu as un **manchon en silicone** ou en gel :
 - 1 **Retourne** le manchon pour le laver.
 - 2 **Lave l'intérieur** du manchon à la main, avec du savon doux antibactérien sans parfum (pas de gel douche).
 - 3 **Rince abondamment** à l'eau claire mais ne le fait pas tremper.
 - 4 **Essuie** ensuite avec un linge doux et non pelucheux.



⚠️ Attention : Ne pas utiliser d'assouplisseur, de détachant ou de produit javellisant. Ne le mettez pas dans le sèche-linge !

- Si tu as un **bonnet**/jersey/chaussette :
 - **Lave-le tous les jours**. Il peut être lavé à la machine ou à la main avec un savon doux, sans parfum. Ensuite tu dois **l'étendre** pour le faire sécher (tu peux glisser une balle dans le bas pour l'aider à garder sa forme)
 - ⚠️ Ne pas utiliser d'assouplissant, de détachant ou de produit javellisant. Ne le mettez pas dans le sèche-linge !
 - Le bonnet/jersey/chaussette **doit être changé tous les jours** et plus d'une fois par jour si tu transpire beaucoup.



PAS DE JAVEL...



PAS DE SÈCHE-LINGE

Pour le gant esthétique qui recouvre ta prothèse

- **Lave-le tous les jours** avec un linge humide et du savon doux
- **Attention** à tout ce qui peut causer des tâches (stylo, crayon, carottes, betteraves, certaines épices comme le cari et le curcuma, teinture de vêtements foncés, etc..)
- **En cas de taches**, nettoie immédiatement! Certains produits peuvent aider à les faire disparaître comme l'alcool à friction ou la laque coiffante... Rince-le bien à l'eau par la suite.



Pour ton emboîture

- **Lave-la le soir** pour lui laisser le temps de sécher complètement avant de la remettre!
1. Frotte l'intérieur de la prothèse avec un linge humide et du savon doux sans parfum
 2. Rince avec un linge humide sans savon (ne la fait pas tremper dans l'eau!)
 3. Sèche bien avec un linge sec.



À surveiller :

 **Regarde ta peau**  à chaque fois que tu enlèves ta prothèse. Il peut y avoir de petites rougeurs mais celles-ci doivent disparaître en moins de 20 minutes. Si ce n'est pas le cas, appelle-nous pour prendre rendez-vous 

 Si tu remarques une **ampoule**, une **irritation**, un **bouton** sous forme de furoncle ou un abcès ou tout autre signe d'infection, appelle-nous pour prendre rendez-vous 

 En cas de **casse de l'appareillage**, il est important de contacter le prothésiste 

 Ne jamais plonger complètement la prothèse dans l'eau  sauf s'il s'agit d'une prothèse de natation.



CEREFAM

Pour nous contacter:
Tél. : 01 43 96 68 47
Email: cerefam@ght94n.fr
www.cerefam.fr

