

(réf:0005)

## Accompagnement et prévention de l'incontinence : mythes et réalités

Les masseurs-kinésithérapeutes, spécialisées en périnéologie, reçoivent en soins quotidiennement des patients pour des troubles de la continence et de l'élimination. La prise en charge des personnes passe par des techniques de rééducation spécifiques mais aussi par des conseils, une éducation thérapeutique et préventive.

Le personnel soignant féminin n'est pas épargné par ces troubles et il est toujours surprenant d'entendre les idées préconçues de chacun sur la prise en charge de leurs difficultés (même chez le personnel soignant que l'on pourrait penser plus sensibilisé).

### Prérequis :

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis

### Public :

Personnels soignants et éducatifs (aide-soignant, AMP, auxiliaire de vie, infirmiers, éducateurs...).

Groupe entre 8 et 15 stagiaires.

### Objectifs :

Cette formation doit permettre aux professionnels de :

- Comprendre la physiologie de la continence (urinaire et anale) et ses impératifs
- D'apprendre aux participants à conseiller et à faciliter les éliminations de leurs patients
- Savoir mettre en place un environnement facilitant les éliminations
- Prendre conscience de son fonctionnement personnel et des comportements préventifs à adopter pour soi-même

### Contenu :

Journée 1

- Les éliminations : mythes et réalité
- Prise de conscience de son anatomie

Ce temps sera composé d'exercices de prise de conscience d'appui au sol, puis sur ballon de klein, et par des auto-massages du bassin.

- Anatomie du petit bassin
- Avec l'aide de dessins, schémas, nous préciserons l'anatomie du petit bassin et ce qu'il contient. Nous aborderons la notion de plancher périnéal comme plancher de ce petit bassin. C'est la compétence et l'intégrité du plancher périnéal qui permet la continence, le maintien des viscères, les éliminations.
- Physiologie des systèmes d'éliminations
- Nous aborderons la physiologie de la miction et de la défécation. Nous évoquerons en même temps les différents types d'incontinence.

Journée 2

- Quelques règles de base pour faciliter les éliminations.
- Nous insisterons sur l'ergonomie des soignants dans un souci de protection de leur statique pelvienne.
- La respiration, une aide facilitatrice à l'élimination
- Il existe un certain panel d'aide à la continence urinaire et fécale que nous préciserons, certaines plus connues que d'autres ; les protections, les penilex, les sondages, les tampons ano-rectaux, le système peristeen.

### Durée :

2 jours / 14 h - DPC - mai

### Intervenants :

Amandine MUDRY et Marie-Alice MAGGI-OTTMANN, masseurs kinésithérapeutes.

### Prix :

350 €

### Contact :

Joëlle LONCHAMPT

IRTS de Franche-Comté - 1 rue Alfred de Vigny - 25000 BESANCON

Tél : 03 81 41 67 53 - Courriel : joelle.lonchampt@irts-fc.fr

