
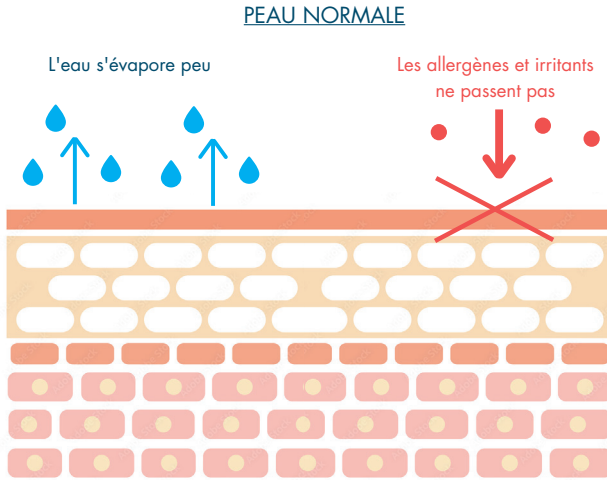




HCL
HOSPICES CIVILS
DE LYON

**PROTÉGER SA PEAU
AVEC UN DIABÈTE DE TYPE 1**
LES CONSEILS DE L'ÉQUIPE DIAB-ECARE

 LA PEAU EST L'ORGANE LE PLUS IMPORTANT DU FAIT DE SA TAILLE. ELLE EST NOTRE BARRIÈRE, ELLE NOUS PROTÈGE DE L'EXTÉRIEUR, NOUS INFORME SUR LA TEMPÉRATURE ET LA DOULEUR, NOUS ASSURE LE CONTACT AVEC LES AUTRES. LA PEAU EST UN TISSU CONNECTÉ ET VASCULARISÉ QUI REFLÈTE NOTRE SANTÉ.



Chez une personne avec un diabète, surtout en cas de déséquilibre, la peau devient fragile, s'assèche et augmente le risque de fissures, d'infections et de démangeaisons.

Les injections d'insuline peuvent, à la longue, augmenter la possibilité d'une inflammation puis d'une fibrose sous la peau détectable sous la forme d'une petite bosse ou lipodystrophie.

Il est préférable de prévenir ces manifestations par la rotation régulière des zones d'injection.

Le traitement par pompes filaires avec leurs différents cathéters ou pompes patchs, ainsi que l'usage des capteurs de glucose, ont considérablement transformé le quotidien des patients. Cependant leurs adhésifs ont révélé dans de nombreux cas un eczéma pouvant mener à l'allergie.

PRÉPARER SA PEAU AU TRAITEMENT DU DIABÈTE

Généralités

- Il n'est pas nécessaire de se laver de façon prolongée, une douche doit se faire à l'eau tiède et durer au maximum 5 minutes.
- Utilisez des produits tels que les huiles lavantes sous la douche.
- Matin et soir utilisez une crème émoliente surtout sur les zones sollicitées par les adhésifs.
- N'appliquez PAS l'huile ou la crème sur la zone où vous avez prévu de poser le dispositif, sinon celui-ci risque de ne pas adhérer.



Choisissez une zone de peau saine

- Évitez les plaies, les grains de beauté, une zone de peau sèche, les croûtes, les coupures, les hématomes, les tatouages ainsi que les cicatrices. Attendez au moins une semaine avant de réutiliser un site.



Évitez les zones de plis

- Ne placez pas d'appareils dans les zones où la peau se plisse et se plie, comme la taille.

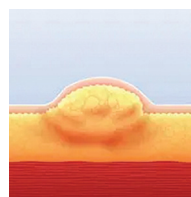
Choisissez le bon site de pose

- Portez vos dispositifs sur les zones recommandées par les fabricants : ventre, fesses, cuisses et bras. Choisissez une zone qui a assez de gras pour être "pincée", celle-ci doit être confortable pour vous.
- Essayez d'utiliser autant de sites que possible, même si vous utilisez uniquement une ou deux zones du corps, en respectant un espacement de 3 cm au minimum.
- Avant toute pose de dispositif, il est essentiel de désinfecter le site avec un antiseptique (Biseptine®).



Évitez les zones de lipodystrophies

- Si vous constatez une bosse sous la peau appelée lipodystrophie, n'injectez plus d'insuline dans ce tissu pendant plusieurs mois.



ÉVITER LE RETRAIT PAR MALADRESSE OU EN CAS DE TRANSPIRATION EXCESSIVE

Ajoutez un ruban

- Plusieurs types de ruban adhésif ou de patches peuvent être appliqués sur le pourtour du capteur pour le maintenir.
- Si vous coupez votre propre ruban, envisagez l'approche « cadre photo » autour de l'émetteur, en maintenant sur les 4 côtés du capteur adhésif.
- Les patches peuvent être prédécoupés selon la forme du capteur avec un trou au centre pour laisser respirer la peau au travers (mais peut également couvrir complètement le transmetteur).
- Vous pouvez chercher sur internet en notant « patch et le nom de votre dispositif » ensuite, vous aurez le choix entre divers site internet d'achat.

Rubans sans collants

- Attention à ne pas "emballer" le bras de façon trop serrée, car cela peut faire pénétrer le capteur dans le tissu musculaire et donner des erreurs avec des valeurs basses de glucose.
- Ex : Mepilex TUBIFAST® (Prix variable, remboursé).



L'activité sportive

- Certains sports sont à risque de décollement lié à la sueur, au frottement : sports de contact (judo, lutte ...), sports collectifs (football, basket...), sports durants (squash, vélo, tennis...), sports d'eau (natation, ski nautique, canoë et kayak, aviron...).
- Vous avez la possibilité de porter un brassard élastique type Tubifast, un pansement Mepilex, ou un brassard de sport acheté dans le commerce.
- Attention il y a un risque de fausse hypoglycémie si le brassard est trop serré.



FAVORISER L'ADHÉSION / TRAITER UNE RÉACTION CUTANÉE

Adhésion

- Appliquez sur la peau : linge ou spray barrière.
- Laissez sécher 30 secondes avant d'insérer le dispositif.
- Cela augmente le pouvoir collant de l'adhésif et protège la peau.

Prévention

- Posez un film protecteur (Tegaderm® remboursé) et faire un trou à l'endroit de l'insertion du capteur ou cathéter, cela réduit le risque d'endommagement du matériel mais expose à l'allergie ; puis posez le matériel.
- Autre possibilité sur avis médical : pulvérisez 1 à 2 fois un spray à base de corticoïde sur la peau, laissez sécher et posez votre dispositif.
- Pensez bien à mettre la crème émoliente matin et soir sur les zones de poses de dispositifs non utilisés.



Traitement

- Après avis médical, appliquez une crème à base de corticoïdes, jusqu'à guérison.

RETIRER LE DISPOSITIF SANS LÉSER LA PEAU

Retrait tout en douceur

- Minimisez les risques de lésion de la peau, essayez de retirer le ruban adhésif en le repliant doucement sur lui-même et en tirant très lentement. C'est la technique « doux et lent ».
- Si résistance : utilisez de l'huile (type massage, amande douce ou olive,...) : A l'aide d'une serviette en papier imprégnée d'huile, frottez sous un coin de l'adhésif. Retirez lentement et continuez à essuyer jusqu'à ce que tout le dispositif soit supprimé.
- En dernier recours, utilisez une solution anti-adhésive (type solvant Gilbert®).



Si lésion

- Pour éviter la sécheresse, utilisez une crème émoliente car "l'irritation fait le lit de l'allergie".
- Pour traiter les rougeurs, démangeaisons, ou irritation persistantes, contactez votre médecin. L'usage d'une crème dermocorticoïde sera indiquée.
- Pour les déchirures cutanées, nettoyez la zone au savon doux jusqu'à guérison.
- Consultez rapidement votre médecin si la zone devient rouge, chaude, inflammatoire et/ou purulente.



Avec la participation du Pr Audrey Nosbaum, Allergologie et Immunologie Clinique Hospices Civils de Lyon, que nous remercions pour ses précieux conseils et le soutien de la SFD-paramédical.

L'équipe rédactrice de DIAB-eCARE déclare n'avoir aucun liens d'intérêts avec les sociétés commercialisant les produits mentionnés.

DIAB-eCARE - Centre du diabète

Centre Medicina - Rockefeller

64, avenue Rockefeller

69008 LYON

Tél. 04 26 73 93 10

diabecare.contact@chu-lyon.fr

www.diab-ecare.fr

SUIVEZ LES HOSPICES CIVILS DE LYON SUR :



www.chu-lyon.fr