

PREPARATION A LA REPRISE D'AUTONOMIE

Vous allez être hospitalisé dans le service de médecine physique et de réadaptation. Voici quelques recommandations à mettre en œuvre à votre arrivée dans le service.

- Pour faciliter votre autonomie et votre sécurité à l'habillage et au déshabillage, il est important de vous munir de vêtements adaptés. Ils permettront à l'équipe soignante de vous enseigner les techniques appropriées.
- De même, l'acquisition de certains produits d'hygiène favorisera votre indépendance à la toilette.

Vêtements conseillés



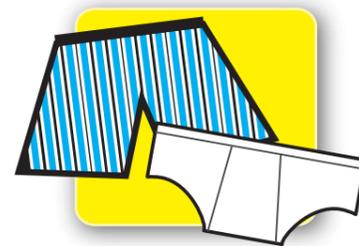
Pantalons de survêtements amples à taille élastique.
Pour les hommes préférer un pantalon avec braguette à bande auto-agrippante (à acheter ou à confectionner soi-même, modèle à disposition dans le service)



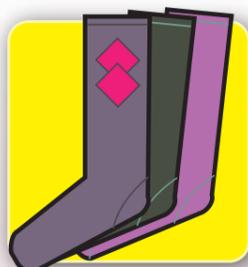
Plusieurs tee-shirts amples



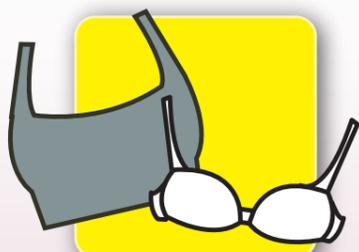
Veste ou pull faciles à enfiler.



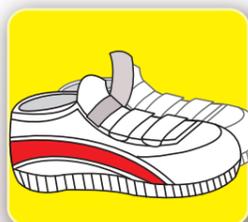
Sous-vêtements



Chaussettes extensibles et fines



Brassière (pas trop serrée) ou soutien-gorge.



Chaussures de sport à scratch (1 pointure au dessus de la pointure habituelle) qui tiennent le pied (éviter le tissu).



Pantoufles fermées (style charentaise) enfilaient facilement.



A éviter en début de séjour hospitalier :

- chemise à boutons
- pantalon étroit à boutons ou à doublure
- Jeans
- ceinture
- chaussures étroites ou à lacets
- jupe, robe
- mules ou chaussons

Pour une bonne hygiène, privilégier la quantité plutôt que la qualité, afin de disposer d'un stock suffisant en chambre.

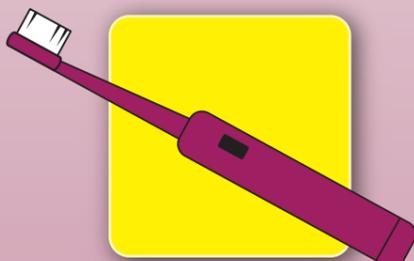
Nécessaire de toilette conseillé



Savon liquide, gel douche et shampooing (à bouchon verseur et non à vis)



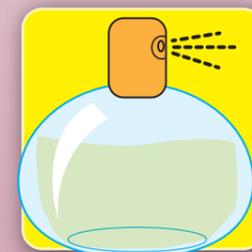
Dentifrice en tube doseur avec pompe



Brosse à dents électrique ou à ventouse



Rasoir électrique



En cas d'achat de parfum ou d'eau de Cologne, préférer les vaporisateurs.

A éviter :

- tous les conditionnements qui se vissent
- les rasoirs mécaniques
- les pains de savon

L'équipe soignante est à votre disposition pour toute explication qui vous serait nécessaire.



Médecine physique et de réadaptation



**Unité de rééducation neuro-vasculaire
Pr Jean-Yves Salle, Responsable de service
n° de téléphone du bureau infirmier 55151
CHU de Limoges 05 55 05 55 55**