

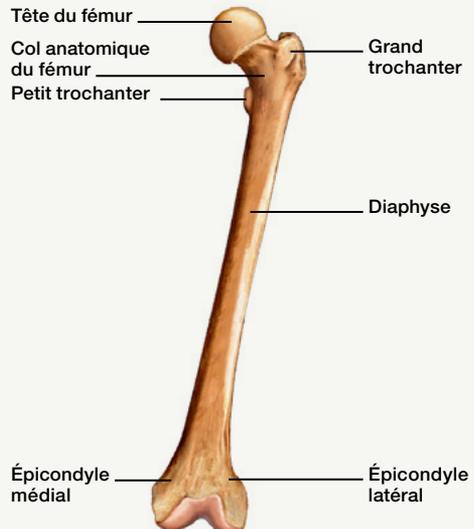


Prendre soin d'un enfant dans un plâtre spica

GUIDE POUR LES PARENTS

Le fémur est l'os le plus long du corps humain: il commence à la hanche et se termine au genou. Une fracture du fémur peut survenir lors d'un impact d'une grande force, par exemple dans une collision de véhicule à moteur, lors d'une chute d'un équipement de terrain de jeux ou d'un meuble, ou bien lors d'un mouvement de torsion. Les enfants qui subissent une fracture du fémur sont hospitalisés à l'Unité de chirurgie/traumatologie pour y recevoir les soins médicaux et infirmiers ainsi que les services de réadaptation dont ils ont besoin.

FÉMUR (os de la cuisse)



TRAITEMENT DE LA FRACTURE DU FÉMUR

L'orthopédiste pédiatrique examinera votre enfant afin de déterminer la meilleure méthode de traitement. Les objectifs du traitement sont : bien aligner les parties de l'os fracturé, la guérison rapide et le retour aux activités normales de la vie quotidienne. Le traitement choisi dépend surtout de l'âge de l'enfant mais également du type de fracture, de sa localisation et de la présence d'autres blessures, si c'est le cas.

Avant la chirurgie, il se peut que votre enfant soit placé en traction, ceci facilitera une position optimale de l'os jusqu'à ce que la chirurgie ait lieu. Parfois, la traction est utilisée pour une plus longue durée. C'est l'orthopédiste qui décide si ce traitement est nécessaire selon le type de fracture ou sa localisation.

PLÂTRE SPICA

Un spica est un plâtre large qui recouvre de la moitié de la poitrine et la jambe brisée ainsi qu'une partie de l'autre jambe jusqu'au genou. Afin de renforcer le plâtre et pour éviter qu'il se casse une barre peut être placée entre les jambes. Une zone autour de l'aîne est laissée ouverte pour faciliter la toilette.

Le plâtre est fait de fibre de verre, cependant, dans quelques cas il peut être fait de plâtre, d'après l'avis du médecin. Une fois appliquée, la fibre de verre sèche d'habitude en quelques heures, toutefois il faudrait jusqu'à 48 heures pour que le spica en plâtre sèche complètement. Pendant que le plâtre sèche, il est important de le garder découvert et retourner fréquemment votre enfant sur son ventre ou sur le côté afin d'accélérer le processus de séchage.



Tout au long de l'hospitalisation de votre enfant, le coordonnateur en traumatologie et le physiothérapeute vous aideront à préparer son congé. Il aura son congé de l'hôpital lorsque sa condition médicale sera jugée favorable et que son confort et sa sécurité à la maison seront garantis.

Soin du plâtre

- Garder le plâtre propre et sec ;
- Ne jamais mettre le plâtre dans l'eau ;
- Ne rien mettre dans le plâtre ;
- Ne pas utiliser de lotion ou de poudre sur les bords du plâtre. Ceci ramollira le plâtre et peut irriter la peau autour.
- Inspecter le plâtre quotidiennement pour la souplesse et détecter les fissures. Si l'enfant peut faire des mouvements au niveau des articulations, alors une réparation de plâtre est nécessaire.
- Afin d'éviter les salissures et l'effritement du ruban plastic hydrofuge sera appliqué sur les bords du plâtre. On peut remplacer le ruban si nécessaire.

Circulation sanguine

Assurez-vous que le sang circule bien dans la jambe fracturée en comparant avec la jambe intacte les points suivants :

- Couleur – le pied et les orteils doivent être de la couleur normale de la peau.
- Chaleur – le pied et les orteils doivent être chauds au toucher.
- Sensibilité – votre enfant doit être capable de sentir que vous touchez son pied et ses orteils.
- Mouvement – votre enfant doit être capable de bouger le pied et ses orteils.

Vérifiez que le sang circule bien toutes les quatre heures pendant les 24 premières heures et, par la suite, deux fois par jour.

Douleur, démangeaisons et inconfort

Il est normal de ressentir de la douleur, des spasmes, des démangeaisons ou de l'inconfort suite à l'application d'un spica.

On vous remettra une prescription de médicaments contre la douleur et les spasmes. Donnez les médicaments tel que prescrit et suivez les instructions de votre médecin et infirmier.

Il est fortement recommandé de donner le médicament contre la douleur sur une base régulière pour les premières 24-48 heures, car cela diminuera la douleur ressentie par votre enfant et l'aidera à se sentir confortable.

- Spasmes : Alors que votre enfant est étendu tranquillement ou endormi, les muscles de la cuisse peuvent soudainement se contracter, provoquant la jambe ou le corps à « sauter ». Cela peut être douloureux et prendre votre enfant au dépourvu et c'est un sentiment effrayant. Rassurez votre enfant et donnez-lui des analgésiques appropriés. Il s'agit d'une réaction normale des muscles après une fracture du fémur. Ces spasmes peuvent se produire pendant les premières 24-72 heures après la blessure et disparaissent habituellement.
- Démangeaisons : Les démangeaisons sont généralement causées par la cicatrisation d'une plaie ou de l'humidité sur la peau. Des médicaments peuvent aider à réduire les démangeaisons, ils sont disponibles en vente libre sans prescription. Vous pouvez également essayer d'utiliser un sèche-cheveux sur le réglage froid pour souffler de l'air dans le plâtre pour faire circuler l'air.

Soins du corps et de la peau

- Lavez votre enfant à l'aide d'une débarbouillette tous les jours, en faisant bien attention à ne pas mouiller le plâtre.
- Vérifiez sous les bords du plâtre s'il y a une irritation de la peau, de la rougeur, formation d'ampoules ou une plaie de pression.
- Ne mettez rien sous le plâtre pour gratter la peau, car ceci pourrait causer des éraflures et s'infecter.
- N'utilisez pas de lotion ou de poudre sur les bords du plâtre. Ceci ramollira la peau et augmentera les risques de développer une irritation. Pour laver les cheveux, placez votre enfant sur une surface à la hauteur du lavabo. Un accessoire ajouté au robinet, ou bien une cruche peuvent être utilisés pour rincer les cheveux.

Vêtements

Le plâtre ajoute du volume, donc des vêtements plus larges seront nécessaires. Les vêtements, comme les pantalons de sport et les sweat-shirts, sont recommandés. N'oubliez pas des chaussettes ou des pantoufles pour garder les pieds au chaud.

Changement de couches, toilette

Bien positionner la couche de votre enfant aidera à garder le plâtre propre et sec. Gardez la tête un peu plus élevée que les pieds afin d'évacuer l'urine et les selles loin du plâtre.

Les couches – bébés et bambins :

- N'utilisez que des couches jetables. Insérez les bords de la couche sous le plâtre comme enseigné par l'infirmier pendant votre séjour à l'hôpital.
- Vous pouvez placer une serviette hygiénique, une serviette d'incontinence ou des boules de coton à l'intérieur de la couche pour une absorption supplémentaire.
- Il est préférable d'utiliser une plus petite couche et insérer les bords à l'intérieur du plâtre, puis une couche plus large par-dessus.
- Vérifiez la couche régulièrement (au moins toutes les deux heures durant le jour et toutes les quatre heures pendant la nuit), pour que la couche reste sèche plus longtemps possible. Ceci évitera les irritations de la peau et la salissure du plâtre.

Urinoir et bassin de lit pour les plus âgés :

- Tournez votre enfant sur son côté et mettez le bassin sous ses fesses.
- Retournez l'enfant sur le bassin. Vérifiez entre ses cuisses pour vous assurer que le bassin est bien placé. Mettez un morceau de tissu ou du papier de toilette derrière le bassin afin d'absorber l'humidité.
- Du papier de toilette entre les jambes sera utile pour absorber l'urine.
- Les bassins de lit et les urinoirs sont disponibles dans les pharmacies ou magasins de fournitures médicales.

POSITIONNEMENT

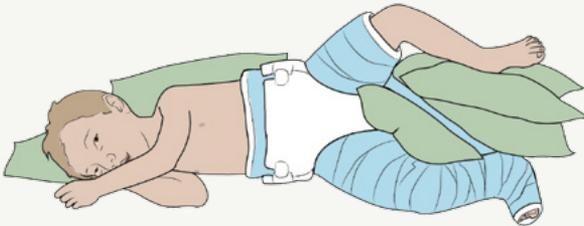
- Votre enfant doit être positionné correctement et tourné régulièrement afin d'éviter des problèmes de peau et pour un confort maximum.
- Avant le congé de l'hôpital, le physiothérapeute et/ou l'infirmier vous montreront comment tourner, positionner et soulever votre enfant.
- Positionnez à tout moment la tête et le haut du corps de votre enfant plus élevés que le reste du corps. Repositionnez votre enfant avec des oreillers au moins toute les trois à quatre heures, y compris pendant la nuit.
- Utilisez des oreillers, des coussins ou des couvertures afin de soutenir le plâtre et mettre votre enfant plus à l'aise.



DOS placez un oreiller derrière la tête, le cou et sous les jambes. Il ne devrait pas y avoir de pression aux talons.



VENTRE placez un oreiller sous le ventre et assurez-vous que les orteils ne touchent pas le matelas en plaçant un coussin ou une serviette roulée sous la cheville de la jambe blessée.



CÔTÉ placez un oreiller sous la tête, un derrière le dos afin d'empêcher l'enfant de rouler, et un autre entre les jambes pour soutenir le plâtre.

Transport

- Les enfants en plâtre spica doivent être immobilisés correctement dans la voiture.
- Normalement, les plus jeunes peuvent encore utiliser leurs sièges d'enfant, cependant pour les enfants plus âgés, un siège d'auto spécial ou le transport adapté est nécessaire.
- En aucun cas votre enfant ne doit voyager dans un véhicule avec son siège incliné. La ceinture de sécurité doit rester en contact avec le corps de votre enfant afin de bien le sécuriser.
- Il est illégal de placer votre enfant sur le panneau arrière d'un camion fourgon ou d'une familiale, puisqu'ils n'ont pas de dispositif de sécurité et il pourrait y avoir un danger pour l'enfant ou les autres passagers en cas de coup de frein soudain.
- Le physiothérapeute déterminera l'option appropriée pour les déplacements et vous donnera des consignes au besoin.



Le programme de traumatologie peut vous prêter un siège spécial. Sous réserve de disponibilité.

Mobilité

- Votre enfant peut se promener en poussette ou en chariot, si la grandeur du plâtre le permet. Pour les enfants d'une plus grande taille, il est possible d'utiliser une chaise roulante avec un dossier inclinable et un repose-pied élevé.
- Utilisez des oreillers, des coussins ou des couvertures pour soutenir le plâtre et mettre votre enfant plus à l'aise.
- Un parc à bébé est un endroit sécuritaire pour jouer. Vous pouvez aussi mettre votre enfant sur un tapis ou une couverture par terre, dans un endroit sécuritaire de la pièce.
- Rappelez-vous toujours des mesures de sécurité: les barres sécuritaires sur le côté du lit, les ceintures de sécurité et autres bandes sécuritaires selon l'âge et la taille de votre enfant.

Utilisez toujours les bons mouvements pour soulever votre enfant:

- Tenez votre enfant le plus proche possible de vous;
- Pliez vos genoux, en gardant votre dos droit;
- Soulevez en redressant vos jambes;
- Pivotez vos jambes; plutôt que de vous tourner.

École

- Pour les enfants d'âge scolaire, l'enseignement scolaire à domicile devrait être organisé avec l'école, les parents devraient s'en charger. Le coordonnateur de traumatologie fournira le certificat médical nécessaire.

Sécurité

- Ne laissez jamais un jeune enfant seul.
- Prévenez tous risques de tomber ou rouler en gardant votre enfant bien attaché dans sa chaise roulante, poussette ou siège de voiture.

Diète

- Évitez d'introduire de nouveaux jus de fruits ou autre nourriture à sa diète ce qui pourrait causer des selles liquides.
- Si l'âge le permet, assurez-vous que votre enfant boit beaucoup de liquides et consomme des légumes et fruits variés, ainsi que des grains entiers pour empêcher la constipation.
- Il est préférable de manger de petits repas fréquents pour éviter des douleurs et des crampes d'estomac.
- Avant de manger, mettez une grande serviette, un bavoir, ou un chandail sur votre enfant pour empêcher les aliments et les miettes de tomber dans le plâtre.

Activités

- Il est important de garder votre enfant occupé et distrait, mais rappelez-vous que votre enfant ne doit pas rester debout ou marcher avec son plâtre.
- Placez divers jouets à la portée de votre enfant.
- Intégrez votre enfant dans les activités familiales, encouragez les amis à visiter, sortir votre enfant, mais assurez-vous que votre enfant est bien attaché.

Réactions courantes

- Étant donné que les enfants âgés de deux à six ans ont une bonne imagination, ils pourraient croire que leur blessure est une sorte de punition. Il est important de rassurer l'enfant, en lui disant que ce n'est pas de sa faute

qu'il est en plâtre et ceci n'est pas une punition. Expliquez ceci aussi à ses frères et sœurs. Il peut s'agir des choses que vous devez répéter souvent pour rassurer votre enfant.

- Des cauchemars de l'incident pourraient être fréquents.
- Établissez un programme quotidien adapté à son développement afin de renforcer le bon fonctionnement de sa routine. Lorsque possible, demander de l'aide dans votre entourage, cercle d'amis, ainsi prenez une pause et reposez-vous. Six semaines est quand même long, prendre soin de votre enfant pendant tout ce temps sans aide risque d'être difficile.
- Il est possible que votre enfant régresse à d'anciennes habitudes pour se reconforter. Ex: utiliser une sucette, babil enfantin, mouiller le lit, etc. Ceci est une réaction normale dans cette situation. Continuez d'encourager des actions appropriées pour son âge et son développement.
- Aussi il est possible que votre enfant soit d'humeur changeante. Donnez lui la possibilité de jouer à travers de ses émotions de frustration. Des jeux tels que:
 - Pâte à modeler ;
 - Lancer une balle ;
 - Peinture au doigt ;
 - Lego en mousse ;
 - Dessiner ;
 - Instrument de musique (tambour, piano, etc.).
- Tapoter, frapper, cogner à travers le jeu va donner à l'enfant un environnement sûr pour libérer ses émotions et sa frustration.

PRÉVENIR LES COMPLICATIONS

COMPLICATION	PRÉVENTION
Douleur d'estomac et crampes	<ul style="list-style-type: none">• Évitez de lui donner trop à manger ;• Encouragez de petits repas fréquents.
Constipation	<ul style="list-style-type: none">• Encouragez une diète bien équilibrée, avec des légumes et des fibres ;• Encouragez la consommation de liquide ;• Utilisez un laxatif léger, tel qu'indiqué par votre médecin.
Démangeaisons	<ul style="list-style-type: none">• Aidez votre enfant à rester au frais lorsqu'il fait chaud ;• Si les démangeaisons persistent consulter le médecin ou un pharmacien.
Plaies sous le plâtre	<ul style="list-style-type: none">• Ne laissez pas votre enfant mettre quelque chose à l'intérieur du plâtre ;• Gardez le plâtre propre ;• Ne tirez pas le remplissage du plâtre.
Ennui Dépression	<ul style="list-style-type: none">• Impliquez votre enfant dans des activités de famille ;• Invitez ses amis à la maison ;• Lorsque possible, faites des sorties avec votre enfant.

QUAND APPELER LE MÉDECIN DE MON ENFANT ?

- Engourdissement ou des picotements qui persistent malgré un changement de position ;
- Rougeur des orteils ou les orteils qui deviennent bleus ;
- Enflure qui augmente ou qui ne disparaît pas ;
- Diminution des mouvements des orteils ;
- Douleur qui n'est pas soulagée par les médicaments ou changement de position ;
- Fièvre qui persiste au-delà d'un jour ;
- Mauvaise odeur ou tout drainage sur le plâtre ;
- Démangeaisons sévères ;
- Le plâtre devient mou, fissuré ou brisé ;
- Irritation, éruptions cutanées près du bord du plâtre ;
- Si quelque chose est coincé à l'intérieur du plâtre.

RETRAIT DU PLÂTRE ET SOINS

- Le plâtre de votre enfant sera retiré lorsque les os sont guéris. Il s'agit généralement d'environ six semaines après la blessure initiale. Veuillez noter que cela peut varier en fonction de différents facteurs, tel que l'âge de l'enfant.
- Le plâtre sera enlevé à l'aide d'une scie de plâtre électrique. La scie fonctionne en vibrant, elle ne coupera pas la peau de votre enfant. Cependant, elle est grosse et bruyante, votre enfant pourrait avoir peur; préparez-le avant la visite à la clinique pour faire enlever le plâtre et rassurez votre enfant que la scie ne coupe jamais la peau.
- Le technicien glisse la scie sur les deux côtés du corps, de la taille jusqu'à l'extrémité du plâtre.
- Il est possible que la peau sous le plâtre soit brune, sèche et pelée, à cause de l'accumulation de la peau morte. La peau sera sensible alors il faudra la manipuler doucement. Ne la frottez pas. La peau sèche va progressivement se détacher. Lavez-la avec de l'eau tiède et au savon, appliquez une lotion non parfumée tous les jours.
- Il ne faut pas arracher la peau morte. Cela peut causer des saignements et mener à une infection.
- Chez les enfants plus âgés, il peut y avoir une quantité inhabituelle de poils sur la peau après avoir retiré le plâtre. Ces poils supplémentaires tomberont après plusieurs semaines.
- Les jeunes enfants retourneront à marcher en régression des étapes antérieures de leur développement. Ils se déplaceront dans le lit plus librement, commenceront à ramper, utiliser les meubles pour se tirer vers le haut et de se déplacer jusqu'à ce qu'ils se sentent en sécurité. Les enfants plus âgés trouveront la confiance petit à petit. Ne vous inquiétez pas, ils retourneront graduellement à leur démarche normale.
- Le cas échéant, votre enfant va voir un physiothérapeute à la clinique orthopédique. Vous recevrez les conseils nécessaires et un suivi requis.
- Une fois le plâtre enlevé, suivez les instructions de votre médecin sur le retour de votre enfant à l'activité physique.

COORDONNÉES IMPORTANTES

Unité de chirurgie/trauma

Ouvert en tout temps

514-412-4400, poste 22433

Traumatologie

Du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h

514-412-4400, poste 23310

Clinique de chirurgie orthopédique

Du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h

514-412-4265

Département de physiothérapie

Du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h

514-412-4407