

Les aides techniques pour faciliter l'habillement : l'enfile bas



Irène est une femme âgée de 85 ans qui habite seule à son domicile. Avec l'âge, elle éprouve certaines difficultés au niveau de la motricité globale et fine. Ces difficultés affectent sa capacité à mettre ou enlever ses vêtements et ses chaussures. Son médecin lui a prescrit des bas de contention qu'elle doit mettre tous les jours. Pour Irène, il est difficile de les mettre et de les enlever sans aide, mais elle voudrait garder autant que possible son autonomie pour réaliser ces gestes. Une aide technique comme l'enfile bas pourrait l'aider à répondre à ses besoins.

QUI EST CONCERNÉ PAR CES SITUATIONS ?

Certaines personnes rencontrent des difficultés lors de l'habillement ou du déshabillage. Chez la personne âgée, ces difficultés sont généralement dues à un problème de force musculaire, de motricité globale et/ou fine, de souplesse ou encore d'équilibre. Parfois ces difficultés sont consécutives à des douleurs ou à des plaies qui gênent les mouvements.

OÙ SE PRODUISENT CES SITUATIONS ?

Ces situations peuvent se présenter dans tous types d'environnements où la personne est susceptible de s'habiller ou de se déshabiller.



Domicile



Institutions



Autres environnements

COMMENT REPÉRER LES DIFFICULTÉS À S'HABILLER ?

Plusieurs signes peuvent indiquer qu'une personne pourrait bénéficier d'une aide technique pour s'habiller, comme c'est le cas de l'enfile bas :

- Des plaintes répétées de douleurs au niveau des articulations.
- Avoir peu de force dans les mains.
- Avoir des difficultés à se baisser.
- Une prescription de vêtements spécialisés (ex : bas de contention).
- Des changements de vêtements espacés (ex : la personne reste en pyjama plusieurs jours).
- Les suites d'une intervention chirurgicale.
- Constater un besoin d'aide pour s'habiller ou se déshabiller.

QUELLES AIDES TECHNIQUES POUR FACILITER L'HABILLAGE ?

Il existe différents outils qui peuvent aider à s'habiller ou à se déshabiller facilement. C'est le cas des **lacets élastiques**, des **enfile-boutons**, des **chausses-pieds**, des **enfile-bas** ou des **tabourets réglables** en hauteur qui permettent de limiter les situations où la personne se baisse ou s'accroupit.



Un **enfile-bas**, comme celui présenté dans la vidéo, permet de retirer et d'enfiler sans difficultés des chaussettes ou des bas de contention en les faisant glisser le long de la jambe. Ces outils se trouvent dans des magasins grand public ou des magasins spécialisés en aides techniques, pour un prix pouvant varier **entre 10 et 30 €**.

- L'**enfile-chaussettes** est un objet constitué d'une base où la chaussette est enfilée. Un manche ou un élastique (suivant le modèle) permet de présenter la chaussette devant le pied sans se baisser.
- L'**enfile-bas** de contention ressemble beaucoup à l'enfile-chaussettes. Il est en revanche plus rigide, mieux adapté à des bas plus serrés.

Le choix d'une aide technique doit prendre en compte les besoins, les capacités et les préférences de la personne accompagnée. L'avis d'un professionnel (ergothérapeute, psychomotricien, infirmier, médecin, etc.) sera d'une grande utilité pour faire le bon choix d'aide technique.

LE RÔLE DES PROFESSIONNELS QUI ACCOMPAGNENT RÉGULIÈREMENT LA PERSONNE

Les professionnels se rendant régulièrement au domicile de la personne (auxiliaire de vie, aide-soignant, etc.) ou l'accompagnant fréquemment, peuvent facilement **observer le comportement** de la personne et **identifier ses difficultés** au moment de s'habiller.

Dans la vidéo associée à cette fiche, l'auxiliaire de vie qui accompagne Irène depuis longtemps, remarque qu'elle ne s'habille plus aussi facilement qu'avant. Elle voit que l'utilisation des bas de contention lui pose plus de difficultés particulières.

Le professionnel pourrait dans ces circonstances :

- Parler à la personne accompagnée des **aides techniques** qui peuvent l'aider à s'habiller plus facilement.
- Conseiller à la personne accompagnée de se tourner vers un **professionnel spécialisé** dans la prise en charge de la perte d'autonomie.



VERS QUELS SPÉCIALISTES ORIENTER LES PERSONNES CONCERNÉES PAR CE BESOIN ?

Différents spécialistes peuvent conseiller une personne qui rencontre des difficultés à s'habiller dans le choix d'une aide technique adaptée à ses besoins, par exemple : un ergothérapeute, un psychomotricien, un kinésithérapeute, les équipes d'un **Service Polyvalent d'Aide et de Soins à Domicile (SPASSAD)** ou d'un **Services de Soins Infirmiers à Domicile (SSIAD)**.

QUELLES AIDES FINANCIÈRES POUR CE TYPE D'AIDES TECHNIQUES ?

Différentes structures peuvent conseiller une personne sur les modalités de financement pour une aide technique facilitant l'habillement :

- La **Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail (CARSAT)**.
- Le **Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)** local ou la **Mairie** du bénéficiaire.
- Les **points d'information locaux dédiés aux personnes âgées**, annuaire disponible sur ce lien : <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/preserver-son-autonomie-s-informer-et-anticiper/a-qui-s-adresser/les-points-dinformation-locaux-dedies-aux-personnes-agees>
- Les **Centres d'Information et de Conseil en Aides Techniques (CICAT)** qui informent et orientent les personnes sur les aides techniques en toute neutralité (liste disponible sur le site de la **Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA)** : <https://www.cnsa.fr/actualites-agenda/actualites/ou-trouver-des-informations-et-des-conseils-sur-les-aides-techniques>
- La **mutuelle du bénéficiaire** peut également aider et prendre en charge certains équipements.

Pour découvrir nos autres vidéos et fiches d'information : www.faciliterlavie.org

Broca Living Lab - 2021

Cette fiche a été réalisée par l'équipe du Broca Living Lab (CEN STIMCO et Hôpital Broca, Assistance Publique - Hôpitaux de Paris) dans le cadre du **projet InfoAT Pro**. Le projet InfoAT Pro vise à créer une série de vidéos et des fiches d'information sur les aides techniques pour l'autonomie et le rôle des professionnels de première ligne dans le repérage du besoin et l'orientation de la personne.

Crédit photos : P1 Icons (Envato elements), P2 Enfile chaussettes (Anlegen des Strumpfes mit Gestell, Wikimedia Commons), P2 halfpoint (Envato elements)

 Publication sur licence Creative Commons CC BY-NC-ND 4.0 Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International

Contactez-nous : contact@brocalivinglab.org



Avec le soutien de la CNSA et de l'action sociale AG2R Agirc-Arrco

