

Les aides techniques pour faciliter l'accès à la baignoire : la planche de bain



Monique a 77 ans et vit avec son conjoint dans leur domicile. Suite à ses douleurs aux jambes, Monique éprouve de plus en plus de difficultés à enjamber sa baignoire. Pour éviter qu'elle ne tombe, et se fasse mal, Françoise, son auxiliaire de vie à domicile expose la situation à l'ergothérapeute du SSIAD où elle travaille. Cette dernière lui propose d'utiliser une planche de bain.

QUI EST CONCERNÉ PAR CES SITUATIONS ?

Sont concernées les personnes âgées ou les personnes de tout âge ayant peu de force dans les membres inférieurs, souffrants de douleurs articulaires et possédant une baignoire.

OÙ SE PRODUISENT CES SITUATIONS ?

Ces situations se présentent dans des environnements disposant d'une baignoire. Que ce soit, dans des établissements, à domicile, dans des hôtels ou tout autre logement.



Domicile



Autres environnements

QUAND UTILISER UNE PLANCHE DE BAIN ?

Les personnes âgées, comme Monique, peuvent perdre jour après jour leurs facultés physiques. Elles peuvent souffrir de douleurs articulaires et leur attention peut diminuer. La planche de bain est conçue pour les personnes éprouvant des difficultés à enjamber leur baignoire.

Certains signes peuvent montrer un besoin nouveau :

- Des plaintes répétées de douleurs articulaires;
- Une ou plusieurs chutes ;
- Une fatigue plus importante de jour en jour ;
- Un désinvestissement à utiliser la baignoire au profit d'une toilette au gant.

QUELLES AIDES TECHNIQUES POUR FACILITER L'UTILISATION DE LA BAIGNOIRE ?

Différents outils peuvent faciliter l'utilisation de la baignoire pour une personne éprouvant des difficultés à l'enjamber. Ils permettent à la personne en perte d'autonomie de soutenir ses appuis ce qui lui assure une sécurité. C'est par exemple le cas des **planches de bain**.



La **planche de bain** est une solution très simple destinée à aider les personnes à prendre leurs bains, notamment à rentrer/sortir dans leur baignoire et à assurer leur sécurité tout au long du bain.

Il existe différents modèles de planche de bain. Certains permettent d'être assis dans la baignoire mais légèrement surélevé et des options tels qu'un disque rotatif, une poignée, un marche pied ou encore un grand tapis de baignoire antidérapant peuvent être ajoutés.

La **planche de bain**, s'adapte aisément aux dimensions des différentes baignoires. Une fois la planche de bain bien installée et stable, la personne peut s'asseoir sur le bord de la planche. Puis, pivoter sur elle-même pour enjamber la paroi de la baignoire en s'aidant éventuellement de la poignée de la planche de bain ou d'une barre d'appui murale.



Le budget moyen **se situe entre 40€ et 80€** mais cela peut varier en fonction du modèle et des options. Cet outil peut se trouver dans des magasins spécialisés pour les aides aux personnes âgées et/ou en situation de handicap, dans les boutiques de matériels médicaux ou sur Internet.

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.

VERS QUELS SPÉCIALISTES ORIENTER LES PERSONNES CONCERNÉES PAR CE BESOIN ?

Les institutions doivent protéger leurs patients des risques éventuels de chutes liées à la perte d'autonomie. Certains professionnels de santé, tels que les auxiliaires de vie à domicile, les infirmiers et les ergothérapeutes ont un rôle primordial dans le conseil de ces aides améliorant la qualité de vie des personnes en pertes d'autonomie. Ils peuvent par la suite, échanger avec les membres de leur Service Polyvalent d'Aide et de Soins A Domicile (SPASAD) ou d'un Services de Soins Infirmiers A Domicile (SSIAD) afin d'évaluer au mieux les besoins de la personne.



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'autonomie à domicile :

- 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 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>.

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 : P2 personne sur une baignoire (elements envato),



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



AG2R LA MONDIALE