

# Prévenir et gérer les dommages cutanés associés à l'humidité

## Qu'est-ce qu'une dermatite (inflammation de la peau) associée à l'humidité?

Il s'agit de dommages à la peau causés par une exposition prolongée à des liquides comme l'urine, les selles ou la transpiration. Ces dommages sont plus fréquents chez les personnes souffrant d'incontinence ou d'une sudation excessive et peuvent augmenter le risque d'infection.

## Comment reconnaître une dermatite associée à l'humidité?

Elle peut présenter :

- des rougeurs persistantes;
- une sensation de brûlure, d'irritation, de picotement, de démangeaison ou d'engourdissement;
- une peau brillante, molle ou fragile;
- une apparition de fissures ou d'érosions cutanées;
- une odeur désagréable.

## Quels sont les facteurs de risque?

Les facteurs de risque associés sont :

- l'incontinence urinaire ou fécale;
- la transpiration abondante;
- le mauvais séchage de la peau après un soin d'hygiène;
- l'utilisation prolongée de couches, de culottes d'incontinence ou de protections urinaires.

## Comment prévenir les dermatites associées à l'humidité?

La prévention consiste à protéger la peau contre l'humidité, qu'elle provienne de l'urine, des selles, de la sueur, de l'eau, etc.

### 1. Avoir une peau propre et sèche

- Inspectez la peau régulièrement.
- Conservez une bonne hygiène corporelle. Lavez délicatement la peau avec de l'eau tiède et un nettoyant doux, à pH neutre et sans parfum. Évitez les frottements.
- Séchez bien la peau en tapotant doucement avec une serviette propre. Portez une attention particulière aux plis cutanés : les aines, le pli interfessier, sous les seins, etc.

