

Prendre soin des pieds des résidents : point de vue d'un pédicure- podologue

*FRÉDÉRIC GUIOT, PÉDICURE-
PODOLOGUE*

Introduction

- Les soins de pieds occupent une place essentielle dans la prise en charge globale des résidents en établissement médico-social (EMS). Avec l'avancée en âge, les pieds deviennent plus fragiles et exposés à de nombreux problèmes. Sans suivi régulier, ces affections peuvent entraîner des douleurs importantes, une diminution de la mobilité et, à terme, une perte d'autonomie.
- Les soins de pieds permettent avant tout de prévenir les complications. Une surveillance régulière favorise la détection précoce des anomalies et permet d'intervenir rapidement afin d'éviter des conséquences plus graves.
- Au-delà de l'aspect médical, les soins de pieds contribuent également au bien-être et à la qualité de vie des résidents. Des pieds entretenus diminuent les douleurs lors de la marche, facilitent les déplacements et encouragent le maintien de l'activité physique. Ils participent ainsi à la préservation de l'autonomie, à la prévention des chutes et au maintien du lien social.
- Enfin, les soins de pieds en EMS s'inscrivent dans une démarche pluridisciplinaire impliquant aides-soignants, infirmiers, pédicures-podologues et médecins. Cette collaboration garantit une prise en charge adaptée aux besoins spécifiques de chaque résident.

Rôle des aides-soignant(e)s

Au quotidien, vous participez à l'hygiène des pieds en réalisant la toilette, le séchage minutieux (notamment entre les orteils) et l'hydratation de la peau afin de prévenir les sécheresses et les fissures.

L'observation attentivement de l'état cutané et unguéal pour repérer précocement toute anomalie comme une rougeur, une plaie, un ongle incarné ou des signes d'infection est indispensable pour orienter rapidement le résident vers l'infirmier ou le pédicure-podologue.

La surveillance du chaussage adapté et du confort lors de la marche, contribue aussi à la prévention des douleurs et des chutes.

Hygiène et stérilisation du matériel utilisé pour les soins.

Les instruments utilisés en pédicurie, comme les pinces, les gouges, les fraises sont en contact direct avec la peau et parfois avec de petites lésions. Il est donc essentiel de respecter **des protocoles stricts de désinfection et de stérilisation** afin d'éviter tout risque de transmission d'infections entre les patients.

Dans la pratique professionnelle du pédicure-podologue, le matériel réutilisable doit suivre **une chaîne de stérilisation rigoureuse**. Celle-ci comprend plusieurs étapes :

- le **nettoyage** du matériel après utilisation
- la **désinfection**
- le **conditionnement en sachet de stérilisation**
- puis la **stérilisation en autoclave**.

Cette procédure permet de garantir un niveau de sécurité maximal pour les patients, en particulier pour les personnes âgées qui présentent souvent **une fragilité cutanée ou des pathologies associées comme le diabète ou les troubles vasculaires**.

Hygiène et stérilisation du matériel utilisé pour les soins.

Ces pratiques s'inscrivent dans le respect des **recommandations professionnelles en matière d'hygiène et de prévention du risque infectieux.**

Dans les établissements médico-sociaux, cette exigence est d'autant plus importante que les résidents peuvent présenter **des défenses immunitaires diminuées** et un risque accru de complications en cas d'infection.

Hygiène et stérilisation du matériel utilisé pour les soins.



Points de surveillance

État cutané et plaies

- Présence de rougeurs, fissures, crevasses, ampoules ou plaies.
- Signes d'infection : chaleur, douleur, écoulement, odeur, œdème.
- Surveillance renforcée chez les résidents diabétiques ou artéritiques.

Troubles circulatoires

- Pieds froids, pâles ou cyanosés.
- Douleurs à la marche (claudication), œdèmes, pouls périphériques difficiles à percevoir.

Sensibilité et douleur

- Diminution de la sensibilité (neuropathie diabétique).
- Douleurs inexplicables pouvant révéler une pathologie sous-jacente.

État des ongles

- Ongles épaissis, incarnés, mycosés ou déformés.
- Risque de blessure lors de la coupe si l'ongle est pathologique.

Hygiène et chaussage

- Chaussures inadaptées favorisant frottements et lésions.
- Mauvaise hygiène ou macération entre les orteils.

Risque de chute

- Douleurs plantaires ou déformations pouvant altérer la marche et l'équilibre

Soins à prodiguer

1. Évaluation préalable (avant tout soin)

- Observer l'état général des pieds : couleur, température, hydratation, présence de rougeurs, lésions, œdèmes.
- Examiner les espaces interdigitaux (macération, mycose, plaie).
- Évaluer l'état des ongles (épaisseur, déformation, incarnation).
- Questionner le résident sur la douleur ou la gêne.
- Identifier les facteurs de risque : diabète, troubles vasculaires, neuropathie, immobilité.

2. Toilette des pieds

3. Séchage minutieux, et insister sur les espaces interdigitaux (prévention des mycoses)

4. Hydratation (avec une crème hydratante, sur le dessus et la plante du pied), attention à éviter les espaces interdigitaux (risque de macération)

5. Soins des ongles

- Couper les ongles si besoin (selon compétences et protocoles).
- Couper droit, sans arrondir les angles pour éviter les ongles incarnés.
- Ne pas intervenir si l'ongle est pathologique → orienter vers pédicure-podologue.

6. Prévention des lésions

- Surveiller les zones de frottement (orteils, talons, malléoles).
- Mettre en place des protections si nécessaire
- Vérifier régulièrement l'absence de corps étrangers dans les chaussures.

7. Chaussage adapté

- Vérifier la pointure et le confort des chaussures.
- Privilégier chaussures fermées, souples, larges, antidérapantes.
- Changer les chaussettes quotidiennement.

Collaboration avec le pédicure-podologue

La collaboration avec un pédicure-podologue en EMS est essentielle pour limiter les complications et maintenir le confort et l'autonomie des résidents.

Son intervention régulière permet d'assurer un suivi spécialisé des ongles et de la peau, de traiter les hyperkératoses (cors, durillons), de prévenir les ongles incarnés et de surveiller les pieds à risque, notamment chez les personnes diabétiques ou présentant des troubles circulatoires.

Il est recommandé de faire appel à un pédicure-podologue en prévention pour les résidents présentant des déformations, des douleurs plantaires, des difficultés à couper les ongles ou des antécédents de lésions, mais également en cas de risque de chute.

Son intervention devient indispensable en cas d'ongles très épaissis ou incarnés, de cors douloureux, de mycoses persistantes, de plaies, de rougeurs suspectes ou dès l'apparition de toute anomalie chez un pied à risque (diabétique, artéritique, neuropathique).

Conclusion

Les soins de pieds en EMS sont indispensables pour préserver la santé, le confort et l'autonomie des résidents. Grâce à une surveillance régulière, des soins adaptés et une collaboration étroite entre aides-soignantes, infirmiers et pédicure-podologue, ils permettent de prévenir efficacement les complications et d'améliorer la qualité de vie. Intégrés dans une prise en charge globale et individualisée, ces soins participent pleinement au respect de la dignité et du bien-être de la personne âgée.