

Une escarre peut apparaître en trois heures chez une personne âgée immobile ayant certains facteurs favorisants. Une immobilisation prolongée sur le sol peut suffire. La douleur physique devient vite morale, altérant alors la qualité de vie de la personne. Comment définir une escarre, ce qui la favorise, ses conséquences ? Comment la repérer dès les premiers signes de son apparition ? Quelle prévention concrète mener ?

Qu'est-ce qu'une escarre ?

Il s'agit d'une plaie par mauvaise oxygénation de la peau dont les petits vaisseaux sanguins sont longtemps ou fortement comprimés.

Cette compression part d'un plan pas forcément dur (matelas banal, mince assise de fauteuil) sur une zone de peau juste au-dessus d'un relief osseux (surtout sacrum, talons, sinon hanche, omoplate, coude...) ou résulte de deux zones accolées (deux genoux joints sans coussin intercalé).

Un cisaillement peut être aussi responsable : la peau frotte (lever seul difficile ou si le proche âgé glisse progressivement de son fauteuil) et le diamètre des vaisseaux diminue.

Qu'est-ce qui peut favoriser une escarre ?

- L'immobilité : la mauvaise oxygénation débute après deux heures d'immobilisation perdurant chez une personne âgée seule fatiguée ou ayant peur de rechuter, à fortiori en cas de démence ou séquelles d'AVC ou maladie de Parkinson.
- Ensuite une altération des vaisseaux (distribuant moins d'oxygène avant toute compression) par hypertension artérielle, artériosclérose (dépôts de LDL-cholestérol) favorisée par un diabète, un tabagisme,...
- Mais aussi une diminution de l'oxygène du sang (anémie,...), une peau fragilisée en surface (stagnation d'urines et/ou de selles) ou moins épaisse (perte de poids ou dénutrition favorisant une carence du derme en protéines) ou à la sensibilité amenuisée (neuropathies, diabétiques ou non).
- Sans oublier une déshydratation avec possible diminution de la distribution de sang oxygéné.
- Enfin, avoir plus de 75 ans.

Quelles sont les conséquences si l'escarre s'aggrave ?

- Douleur, à contrôler pendant les soins locaux (plusieurs semaines), marche douloureuse, limitée (favorisant une fonte musculaire) si escarre talonnière?
- Douleur morale face à la dépendance s'aggravant.

- Infection locale, plus ou moins profonde, par des germes (de la peau ou des urines ou des selles si escarre sacrée). L'éventuelle hospitalisation contrôlera cette infection engageant le pronostic vital (diffusion à l'os ou généralisation).

Comment repérer une escarre à son début ?

Même avec une prévention effective, il faut rechercher, aux zones citées, une rougeur (idéalement trois fois par jour) s'estompant quand on appuie dessus, se recolorant ensuite et disparaissant classiquement en 24 heures si gérée; sinon elle ne se décolore plus, preuve qu'elle s'est installée.

L'appel au médecin traitant doit être rapide pour gérer les soins et le suivi avec une éventuelle infirmière (crème spéciale, voire « patch ») avant le stade suivant (« cloque ») et veiller notamment au bon équilibre du diabète (limiter la surinfection de l'escarre).

Quelle prévention concrète à domicile ?

Prévention du risque par le proche âgé: téléassistance (alerter pour éviter deux jours sur le sol), prévention des chutes ou de la peur de chuter, vaccination antigrippale (évite l'alitement par surinfection bronchique)... Mais aussi de la déshydratation et de la dénutrition avec son risque d'anémie et de fonte musculaire.

Ensuite, dès le début d'un alitement inévitable, prévention de la déshydratation, de la dénutrition, des compressions prolongées: location transitoire d'un lit médicalisé (avec matelas antiescarre type « gaufrier » et potence pour se redresser sans frotter), changement de position toutes les 4 heures maximum (coordination avec les éventuels autres aidants) en l'allongeant sur le côté à 30 degrés (pas à 90 degrés), calé par des coussins et drap sans pli, coussins (entre genoux, sous les coudes), talons surélevés du matelas, changement régulier de protection (si nécessaire) pour un bassin idéalement sec et propre (laver à l'eau si urines), mise au fauteuil profond le plus vite possible (avec coussin anti escarre) assis à 90 degrés.