

MANUTENTION DES PERSONNES : LES 10 COMMANDEMENTS DU SOIGNANT

1. **Respecter la réglementation** (pas plus de 25 kg pour les femmes et 55 Kg pour les hommes lors des transferts portés) et utiliser les appareils et accessoires de transfert (lève personne - disque de transfert - plan de glissement...).
2. **Solliciter au maximum l'autonomie des personnes** (traction sur la potence - aide partielle des membres valides...) - expliquer - rassurer - éduquer.
3. **Utiliser les réglages existant** sur les différents mobiliers hospitaliers (hauteur du lit - accoudoirs de fauteuils ou panneaux de lit escamotables...).
4. **Dégager et préparer la zone de transfert** (déplacer une desserte, approcher le fauteuil et le placer du côté favorable...).
5. **S'assurer des prises sûres** (alèze - vêtement...) et confortables pour la personne (mains à plat - pas de traction sur les articulations sensibles - éviter les saillies osseuses...) - **se placer du côté fragile**, douloureux ou handicapé de la personne.
6. **Lors des efforts de manutention** : abaisser le centre de gravité - écartier les pieds - maintenir le dos verrouillé.
7. **Plutôt tirer et faire glisser que pousser ou soulever** (surtout pour les rehaussements et translations).
8. **Dans les manutentions à plusieurs** : choisir ensemble la technique et les aides adaptées, coordonner les différentes actions en se parlant.
9. **Evoquer les situations de manutentions difficiles lors des réunions de service** - chercher des solutions avec les collègues, l'encadrement, la personne et sa famille.
10. **Concevoir les manutentions comme un temps de soins et d'échange à part entière.**