

# Conseils de soins après la pose d'une trachéotomie

## Que faut-il faire?

### La respiration

Avec une canule de trachéotomie, l'air ne passe plus par la bouche ou le nez, qui a pour fonction de réchauffer et d'humidifier l'air inspiré. Il va directement dans la trachée via la canule avant d'atteindre les poumons. C'est pour cette raison que nous proposons de mettre des filtres ou des bouchons parlants ou hermétiques à la canule.

Il est recommandé d'humidifier régulièrement la trachée avec des aérosols ou de la vapeur chaude.

### Les soins de canule

Il est important de réaliser des soins réguliers de la canule. Ils consistent à nettoyer la canule interne sous l'eau froide et de la sécher avec des compresses.

Autour de la canule, une compresse fendue doit être changée régulièrement, afin d'éviter que la peau autour de la canule ne devienne rouge. Cela permet d'absorber les sécrétions trachéales et éviter les points d'appui de la canule sur la peau.

Il existe différents types de canule: avec ou sans ballonnet, avec ou sans canule interne, fenestrée ou non, etc. Des précisions vous seront apportées personnellement en fonction de votre matériel spécifique.

### Expectorer pour désencombrer les bronches

Il est indispensable d'expectorer les sécrétions de votre canule aussi souvent que nécessaire. Pour cela, il vous suffit d'enlever le filtre ou le bouchon, inspirer profondément et tousser fort pour faire remonter les sécrétions dans un mouchoir. Il est possible qu'une partie des sécrétions sortent également par la bouche.

### Aspiration trachéale

Le but de l'aspiration est d'éliminer des voies respiratoires les sécrétions qui n'ont pas pu être expectorées et de faciliter la respiration. La fréquence des aspirations varie en fonction de vos besoins.

### Physiothérapie respiratoire

Si la quantité de sécrétions est trop importante ou que vous présentez un encombrement pulmonaire, vous aurez besoin de séances de physiothérapie respiratoire afin de vous aider à drainer les sécrétions vers l'extérieur des voies aériennes.

### Apprentissage des soins

Les soins vous seront enseignés par l'équipe infirmière tout au long de votre hospitalisation. Des supports écrits vous seront également remis afin que vous soyez à l'aise avec les soins. Des soins à domicile sont également proposés.

### Recommandations générales

- Ne mettez rien dans votre canule de trachéotomie (cotons-tiges, tissu, crème à raser, cheveux, parfum, etc.).
- Evitez les endroits où il y a beaucoup de poussière, d'émanations diverses et de fumée. Ce sont des substances qui peuvent irriter vos voies respiratoires. Si vous passez

l'aspirateur ou époussetez les meubles, portez un foulard ou couvrez votre canule de trachéotomie.

- En hiver, comme l'air est froid, portez une écharpe ou de quoi couvrir votre canule pour réchauffer un peu l'air.

## **Activité physique**

Lors de votre retour au domicile, vous pouvez augmenter progressivement vos activités physiques. Ceux-ci ont des effets positifs sur l'essoufflement à l'effort, les fonctions physiques, le bien-être psychologique et la qualité de vie.

## **Signes d'alerte**

### ***Signes respiratoires***

- Augmentation de votre rythme respiratoire (dyspnée) à l'effort, ou même au repos
- Encombrement bronchique avec quantité de sécrétions plus abondantes
- Désaturation

### ***Signes spécifiques***

- Changement dans la façon de déglutir
- Changement dans la façon de parler
- Déplacement de la canule
- Présence de sang
- Altération du ballonnet
- Nouvelle douleur

### ***Signes généraux***

- Fièvre persistante
- Palpitations cardiaques
- Altération de l'état de conscience
- Agitation, anxiété, etc.

## **Contacts**

Policlinique ORL  
Tél. +41 21 314 27 11