

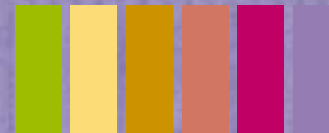
# GUIDE DE L'APPRENANT



Manuel de formation sur la prévention  
communautaire à domicile des incapacités  
dues à la filariose lymphatique



Organisation mondiale de la Santé  
Genève







# GUIDE DE L'APPRENANT

Manuel de formation sur la prévention  
communautaire à domicile des incapacités  
dus à la filariose lymphatique



Programme pour l'élimination de la filariose lymphatique  
Contrôle, prévention et éradication (CPE/CEE/FIL)  
Organisation mondiale de la Santé, Genève, Mars 2003

© **Organisation mondiale de la Santé, 2003**

Ce document n'est pas une publication officielle de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) et tous les droits y afférents sont réservés par l'Organisation. S'il peut être commenté, résumé ou cité sans aucune restriction, il ne saurait cependant être reproduit ni traduit, partiellement ou en totalité, pour la vente ou à des fins commerciales. Les opinions exprimées dans les documents par des auteurs cités nommément n'engagent que lesdits auteurs.

Design : WHO/CDS/CME

DTP : Jacques Wandfluh

Pour plus de renseignements : Centre d'Information de CDS

OMS – 20, avenue Appia – 1211 Genève 27, Suisse

Fax : (+41) 22 791 4285 – Mél : cdsdoc@who.int

# Sommaire

Remerciements.....	4
Préface.....	5
Introduction.....	6
Module d'apprentissage 1 : Rôle et tâches des soignants informels .....	9
Module d'apprentissage 2 : Education sanitaire dans la communauté .....	11
Module d'apprentissage 3 : Evaluation et prise en charge de la filariose lymphatique .....	15
Module d'apprentissage 4 : Evaluation et prise en charge d'un accès aigu .....	23
Module d'apprentissage 5 : <i>Formulaire d'enregistrement individuel et Formulaire de suivi individuel</i> .....	27
Module d'apprentissage 6 : Messages d'éducation sanitaire pour la prévention des incapacités dues à la filariose lymphatique .....	35
Message n°1 : « <i>Lavez-vous la jambe avec du savon et de l'eau propre</i> ».....	38
Message n°2 : « <i>Essuyez-vous la jambe avec soin et doucement</i> ».....	40
Message n°3 : « <i>Surélevez votre jambe jour et nuit</i> » .....	42
Message n°4 : « <i>Faites des exercices à tout moment et n'importe où</i> » .....	44
Message n°5 : « <i>Traitez les accès aigus</i> » .....	46

# Remerciements

L'Organisation mondiale de la Santé tient à remercier les personnes et organismes suivants pour leur contribution à ce manuel de formation :

*Mme Laura Masiello, agent de formation, Segreteria delle Attività Culturali, Istituto Superiore di Sanità, Rome, Italie, qui a élaboré le premier projet .*

*Le Programme d'élimination de la filariose lymphatique, Zanzibar, République-Unie de Tanzanie, qui a organisé un atelier de formation pilote en se servant du manuel et qui a formulé des critiques constructives.*

*M. Said Ramadhan, Zanzibar, République Unie de Tanzanie, pour ses illustrations.*

*Mme AvisAnne Julien, pour avoir mis au point le texte du manuel.*

*Les photographies ont été communiquées par le Programme spécial de recherche et de formation concernant les maladies tropicales.*

L'élaboration de ce manuel a été rendue possible par la généreuse contribution financière de la Fondation Bill et Melinda Gates.

# Préface

La prévention des incapacités dues à la filariose lymphatique (FL) est une composante du Programme mondial d'élimination de la filariose lymphatique qui a deux objectifs majeurs : a) stopper la transmission de la filariose lymphatique ; et b) épargner des souffrances et des incapacités aux personnes déjà atteintes par la maladie.

Le présent manuel a pour objet de contribuer à la prévention des souffrances et incapacités dues à la FL en formant des agents de santé et autres (par exemple des travailleurs sociaux, des enseignants, des chefs religieux) au niveau du district pour que ceux-ci apprennent à d'autres à enseigner les principes de base des auto-soins à domicile aux malades de la FL et à leurs familles en vue d'éviter les conséquences chroniques de la maladie. Il a été mis au point à la suite d'essais sur le terrain à grande échelle à Zanzibar (République-Unie de Tanzanie).

Le manuel comprend deux parties : **la première, le Guide de l'apprenant**, expose les principaux objectifs de l'apprentissage et indique l'information de base et les exercices pratiques nécessaires, et **la seconde, le Guide de l'instructeur**, expose aussi les principaux objectifs de l'apprentissage et donne des indications sur les méthodes et le matériel pédagogiques. Le manuel doit être utilisé conjointement avec un tableau à feuilles mobiles où figurent des messages clés et des illustrations sur la prise en charge du lymphoedème, et une affiche illustrant les diverses mesures pouvant être prise à domicile pour la prise en charge du lymphoedème doit être remis aux malades de la FL et aux familles. Ce manuel fait ainsi partie d'un coffret de formation complet.

L'approche pédagogique à utiliser pendant l'atelier de formation des instructeurs est essentiellement interactive, c'est à dire qu'elle favorise une participation active des apprenants propre à faciliter le processus d'apprentissage. L'atelier de formation basé sur ce manuel doit normalement durer trois jours (voir "l'Emploi du temps" proposé dans le chapitre Introduction).

Ce manuel de formation fait partie d'une série d'ouvrages sur l'élimination de la filariose lymphatique publiés par l'Organisation mondiale de la Santé pour aider les programmes nationaux. Pour de plus amples détails sur ces publications s'adresser au Centre d'information et de documentation de CDS, Organisation mondiale de la Santé, CH 1211 Genève 27, Suisse – télécopie : (+41) 22 791 4285 ; adresse électronique : cdsdoc@who.int.

# Introduction

## **A qui s'adresse ce manuel de formation ?**

---

Ce manuel de formation s'adresse à des personnels de santé ou autres qui dispensent des soins (ci-après dénommés apprenants) et dépendent de ministères, tels que celui de la Santé ou de l'Education, participant au Programme d'élimination de la filariose lymphatique (PEFL). L'objectif de l'atelier de formation est de permettre aux apprenants de devenir eux-mêmes des instructeurs et d'enseigner à leur tour à des soignants informels les principes de la prévention des incapacités dues à la filariose lymphatique (FL). Ce vaste réseau de soignants informels, choisis par la communauté et, en général, déjà impliqués dans des activités sanitaires ou éducatives, va ensuite retourner dans la communauté pour transmettre les messages d'éducation sanitaire aux malades de la FL et à leurs familles, leurs amis et leurs voisins. Le but final est d'aider les personnes atteintes de FL à se convaincre de leur capacité à participer à tous les aspects de la vie communautaire.

## **Objectifs du GUIDE DE L'APPRENANT**

---

A l'issue de l'atelier vous devez être capable :

- de décrire votre rôle et vos tâches dans l'exécution de votre programme national d'élimination de la FL et d'indiquer l'importance de votre rôle au sein de la communauté ;
- de faire des visites au domicile de malades de la FL ;
- d'évaluer et de prendre en charge les accès aigus ;
- de prendre en charge le lymphoedème ;
- de décider quand un malade de la FL doit être transféré dans une unité de soins de santé primaires (USSP);
- de diffuser des messages d'éducation sanitaire auprès des malades de la FL et des autres membres de la communauté ;
- d'enregistrer les malades et les visites de suivi à l'aide du *Formulaire d'enregistrement individuel* et du *Formulaire de suivi individuel*.

Le Guide vous donnera des informations sur la maladie elle-même et sur les mesures à prendre pour prévenir les incapacités dues à la FL. Vous y trouverez des techniques appropriées pour diffuser les messages d'éducation sanitaire sur la prévention des incapacités aux malades de la FL ainsi qu'à ceux qui leur dispensent des soins.

Vous allez acquérir cette compétence en suivant les indications de votre instructeur et en travaillant en étroite interaction avec tous ceux qui participent à l'atelier de formation.

Le Guide comporte six modules d'apprentissage. Au début de chaque module, se trouve un encadré énumérant les objectifs d'apprentissage que vous êtes censé atteindre à la fin de chaque séance. La présentation systématique de l'information se limitera à des remarques liminaires de l'instructeur au début de l'examen de chaque sujet. Toute l'information dont vous avez besoin est contenue dans le Guide et vous n'aurez pas besoin de prendre des notes au cours de la séance.

Le GUIDE DE L'APPRENANT est un outil que vous devez utiliser pendant votre travail de tous les jours. Il vous aidera à vous remémorer ce que vous avez appris au cours de l'atelier et vous pouvez le consulter pour vous rafraîchir la mémoire lorsque vous avez le moindre doute.

### EMPLOI DU TEMPS : Formation des soignants informels

Période	Durée	Premier jour	Méthodes pédagogiques
Matin	30 min	Ouverture	
	1 h	Introduction au Programme d'élimination de la FL, au <i>Guide de l'instructeur</i> , au <i>Guide de l'apprenant</i> et à l'atelier	Remarques liminaires
	15 min	<i>Pause</i>	
	1 h	<b>Module 1- Rôle et tâches des soignants informels</b>	Remue-méninges Discussion de classe
	15 min	<i>Pause</i>	
	1 h	<b>Module 2- Education sanitaire dans la communauté</b>	Introduction Démonstration de l'instructeur Démonstration de l'apprenant
	1 h 30 min	<i>Déjeuner</i>	
Après-midi	45 min	Révision : Education sanitaire dans la communauté	Démonstration de l'apprenant
	15 min	<i>Pause</i>	
	1 h	<b>Module 3 : Evaluation et prise en charge de la filariose lymphatique</b>	Remue-méninges Bref exposé Aides visuelles (photos)
	10 min	<i>Pause</i>	
	20 min	Résumé du sujet Evaluation	Bref exposé

Période	Durée	Deuxième jour	Méthodes pédagogiques
Matin	1 h	Révision : Evaluation et prise en charge de la filariose lymphatique	Démonstration de l'apprenant Bref exposé Démonstration de l'instructeur
	15 min	<i>Pause</i>	
	2 h	<b>Module 4 - Evaluation et prise en charge des accès aigus</b>	Remue-méninges
	15 min	<i>Pause</i>	
	30 min	<b>Révision : Evaluation et prise en charge des accès aigus</b>	Bref exposé Démonstration de l'instructeur Démonstration de l'apprenant
	1 h 30 min	<i>Déjeuner</i>	
Après-midi	1 h	<b>Module 5 - Formulaire d'enregistrement individuel et Formulaire de suivi individuel</b>	Bref exposé Démonstration de l'instructeur Aides visuelles Etude de cas
	15 min	<i>Pause</i>	
	1 h	<b>Module 6 - Messages d'éducation sanitaire pour la prévention des incapacités dues à la filariose lymphatique</b>  <b>Information pour la personne responsable de l'USSP</b>	Bref exposé Démonstration de l'instructeur Jeu de rôle Discussion de classe
	15 min	Résumé du sujet Evaluation	
Période	Durée	Troisième jour	Méthodes pédagogiques
Matin	4 h	Visites à domicile	Supervision
	1 h 30 min	<i>Déjeuner</i>	
Après-midi	2 h	Visites à domicile	Supervision
	30 min	Résumé de l'activité et commentaires Evaluation Clôture	Discussion générale

# Rôle et tâches des soignants informels

## Objectifs d'apprentissage

*Après avoir achevé ce module, vous devez être capable :*

- de décrire le rôle et les tâches des soignants informels
- de décrire la signification des soins domiciliaires de longue durée

### **Votre rôle et vos tâches**

Ceci est le premier module et il est de la plus haute importance que vous compreniez comment les modules fonctionnent.

L'instructeur va décrire et expliquer les objectifs mentionnés dans les encadrés au début de chaque module. Il va se focaliser sur les objectifs et vous devez en faire autant.

Dans ce module, vous allez apprendre quels seront votre rôle et vos tâches, qui va bénéficier de votre travail et où vous allez exercer vos activités.

### **Remue-méninges : votre rôle et vos tâches**

L'instructeur va vous expliquer en quoi consistent les séances de remue-méninges et quel en est l'objectif.

Voici un exemple de séance de remue-méninges :

L'instructeur va vous demander : « *Comment envisagez-vous votre rôle et vos tâches ?* »

Vous aurez 10 minutes pour répondre à cette question en écrivant toutes les idées qui vous viennent à l'esprit. Ensuite, chacun des participants à l'atelier échangera ses idées avec le reste du groupe. L'instructeur résumera ensuite et énumèrera toutes les suggestions qui sont en accord avec l'objectif d'apprentissage.

A l'issue de la séance de remue-méninges, l'instructeur passera en revue votre rôle et vos tâches.

### **Votre rôle est le suivant :**

- rendre les gens plus conscients des incapacités provoquées par la FL ;
- comprendre ce qui peut être fait pour prévenir les incapacités et améliorer la qualité de vie des malades de la FL ;
- aider les familles à prendre soin des malades à domicile ;
- renforcer les liens entre, d'une part, les membres de la communauté et, d'autre part, les services de soins de santé et les services sociaux, afin de rendre ceux-ci plus accessibles aux gens.

### **Vos tâches sont les suivantes :**

- faire des visites au domicile des malades de la FL
- donner aux malades de la FL ainsi qu'à leurs familles, leurs amis et leurs voisins des informations sur les soins à domicile et sur les mesures simples à prendre pour prévenir les incapacités dues à la FL ;
- traiter les accès aigus ;
- enregistrer les malades de la FL à l'aide du *Formulaire d'enregistrement individuel* ;
- suivre les malades de la FL à l'aide du *Formulaire de suivi individuel* ;
- collecter chaque semaine les *formulaires d'enregistrement* et de *suivi individuels* et les remettre à l'USSP ;
- transférer les personnes souffrant d'un accès aigu dans l'USSP.

### **Qu'est-ce que les soins à domicile de longue durée ?**

Les soins à domicile reposent à la fois sur la communauté et la famille et, en principe, ils devraient être intégrés dans le système de soins de santé.

La FL est une maladie chronique qui a des effets à long terme pour le malade, sa famille et ses amis. Dans la plupart des cas, elle peut être soignée à domicile par le malade lui-même, seul ou avec l'aide d'autres personnes. Ces soins à domicile de longue durée permettent au malade qui n'est pas entièrement capable d'assurer des auto-soins de conserver la meilleure qualité de vie possible avec un maximum d'indépendance et d'autonomie fonctionnelle, de rester actif, de réaliser pleinement son potentiel et de conserver toute sa dignité.

# Education sanitaire dans la communauté

## Objectifs d'apprentissage

*Après avoir achevé ce module, vous devez être capable :*

- de faire une visite à domicile
- d'organiser et de mener à bien des séances d'éducation sanitaire

### **Introduction à l'éducation sanitaire et à la communication**

L'éducation sanitaire porte sur tout ce qui contribue à promouvoir une bonne santé ou un comportement sain. Notre objectif est d'informer les malades de la FL, leurs parents et alliés, leurs amis et leurs voisins ainsi que toute la communauté des mesures à prendre pour prévenir les incapacités dues à la FL.

Pour que l'éducation sanitaire soit efficace et utile, vous devez communiquer directement avec les gens pris individuellement ou en groupes.

La communication est l'échange quotidien d'idées, d'impressions et d'information avec d'autres personnes. La parole est le moyen de communication le plus répandu, mais il y en a beaucoup d'autres, notamment l'écriture, les gestes, le dessin, le chant, le jeu, etc.

La communication crée aussi entre vous et une autre personne une relation qui doit être basée sur le respect mutuel des idées et des croyances de chacun.

Les soignants informels doivent être conscients de leurs préjugés et attitudes éventuels, car ceux-ci peuvent influencer sur leur travail.

Lorsque vous faites de l'éducation sanitaire, vous devez veiller :

- à vous exprimer et présenter l'information clairement,
- à écouter,
- à clarifier.

### **Vous exprimer et présenter l'information clairement**

- Faites-vous connaître et expliquez ce que vous faites.
- Parlez et/ou écrivez clairement.
- Utilisez des termes simples et courants pour expliquer les idées, sujets, etc.
- Utilisez le nom local de la FL.
- Évitez tout verbiage : le message risque d'être noyé au milieu d'un long discours
- Si vous utilisez des tableaux à feuilles mobiles ou des affiches, assurez-vous que l'image dont vous parlez est bien visible pour toute l'audience.

### **Ecouter**

- Écoutez ce que les autres ont à dire.
- Prêtez attention à ce que disent les autres et évitez de regarder ailleurs ou de laisser échapper des signes d'impatience.
- Traitez les gens avec respect et encouragez-les à parler librement.

### **Clarifier**

- Déterminez si ce que vous avez entendu est juste.
- Posez des questions pour clarifier ce qui a été dit.
- Essayez de répéter ce qui a été dit et demandez à la personne si vous avez bien compris.
- Incitez les autres à essayer de répéter à leur façon ce que vous venez de dire pour vérifier s'ils ont bien compris.
- Incitez les autres à résumer ce qui s'est dit pour vous assurer que vous avez été bien compris.

### **Démonstration de l'instructeur : jeu de rôle**

L'instructeur va effectuer la démonstration comme suit :

Il va jouer le rôle d'un soignant informel/agent de soins de santé qui rencontre un chef religieux et l'un des apprenant jouera le rôle de ce dernier.

Ecoutez l'histoire et prêtez attention à ce que l'instructeur dit et fait.

L'objet de la réunion est de discuter de la prévention des incapacités dues à la FL, qui est une composante du programme d'élimination de la filariose lymphatique, et de parvenir à un accord avec le chef religieux pour que les messages soient diffusés à l'occasion des cérémonies du culte.

### **Démonstration de l'apprenant : jeu de rôle**

Au cours de ce jeu de rôle, vous devez faire la preuve de votre aptitude à la communication en vous inspirant de ce que l'instructeur a dit et fait au cours du jeu de rôle précédent.

Un premier apprenant va jouer le rôle d'un malade atteint de FL et un second celui d'un agent de soins de santé se rendant pour la première fois au domicile du malade pour s'entretenir avec lui et sa famille.

A l'issue de la démonstration, une discussion de classe permettra d'analyser la performance des acteurs.



# Evaluation et prise en charge de la filariose lymphatique

## Objectifs d'apprentissage :

*Après avoir achevé ce module, vous devez être capable :*

- de décrire comment la FL se propage
- de décrire les signes et symptômes de la FL
- d'évaluer et de prendre en charge le lymphoedème
- d'identifier les avantages de la prise en charge du lymphoedème
- de décider quand le malade doit être orienté vers une structure de soins de santé

## Remue-méninges

Au cours d'une séance de remue-méninges, l'instructeur va vous poser les questions suivantes :

- Que savez-vous sur la FL ?
- Qu'est-ce qui provoque la FL ?
- Etes-vous familiarisé avec les signes et symptômes de la FL ?
- Votre communauté nourrit-elle des croyances traditionnelles au sujet de la FL ?
- Comment les autres membres de la communauté considèrent-ils les malades de la FL ?

A l'issue de la séance de remue-méninges, l'instructeur vous donnera de plus amples détails et des explications sur les questions ci-dessus.

---

La FL est due à des vers parasites transmis d'un sujet à l'autre par des moustiques. La maladie évolue lentement jusqu'au moment où apparaissent des hypertrophies des membres (bras et/ou jambes) et/ou des organes génitaux (scrotum, sein et très rarement, organes génitaux de la femme).

---

### Exercice sur photos

L'instructeur va vous montrer quelques photos et décrire ce que chacune représente. On va vous donner le temps d'examiner les photos et de poser des questions, et l'instructeur vous demandera alors de décrire ces photos dans vos propres termes.

La FL provoque une hypertrophie (lymphoedème) des jambes (figures 1, 2, 3 et 6), des bras (figure 4) et des seins (figure 5) ainsi que des organes génitaux des hommes (figure 7) et, très rarement, des femmes. Un lymphoedème avancé est appelé éléphantiasis (figure 8).

L'instructeur vous montrera alors quelques photos en vous demandant de les décrire.

Il y a trois types de lymphoedème, selon que l'on observe :

- un léger gonflement,
- un gonflement avec des plis peu profonds,
- un gonflement sévère avec des bosses et/ou des plis profonds.



**Figure 1**

Jambes et pieds de deux femmes et d'un homme dans un village ; tous présentent un œdème/ éléphantiasis de la jambe gauche



**Figure 2**

Une mère et son jeune fils sont assis avec une autre femme du même village – les deux femmes ont un œdème/ éléphantiasis de la jambe gauche



**Figure 3**

Une mère de deux enfants est assise et laisse voir un éléphantiasis de la jambe droite ainsi qu'un œdème de la jambe gauche



**Figure 4**

Lymphoedème du bras



**Figure 5**

Une femme de 36 ans a un sein fortement hypertrophié – elle a la maladie depuis 17 ans



**Figure 6**

Un villagois a un éléphantiasis et des lésions cutanées au pied et à la jambe gauches



**Figure 7**

Homme de 40 ans avec une hydrocèle – il a la maladie depuis 11 ans



**Figure 8**

Eléphantiasis de la jambe chez une jeune mère de deux enfants

## **Evaluation du lymphoedème**

L'instructeur amènera un malade de la FL dans la classe pour que vous puissiez l'examiner ; il vous demandera si vous avez déjà vu une personne ayant ce problème et, si oui, de faire part de votre expérience aux autres apprenants.

L'instructeur vous donnera alors les autres informations suivantes sur les signes et symptômes de la FL, les lésions cutanées et les soins à apporter au lymphoedème.

### ***Signes et symptômes de la FL***

Si la FL peut se contracter dans la petite enfance, ce n'est généralement pas avant l'âge adulte qu'apparaissent les premiers signes et symptômes. Le parasite peut être présent dans le sang dès le plus jeune âge, même en l'absence de symptômes.

L'un des principaux signes de la FL est le gonflement (lymphoedème) des membres, des seins, du scrotum et du pénis, et l'hydrocèle (œdème des bourses qui prennent la forme d'un ballon).

Le lymphoedème peut être massif et présenter un certain nombre de plis plus ou moins profonds. Dans certains cas, le malade a aussi des protubérances et des fissures de la peau. En général, le derme s'épaissit.

### ***Lésions cutanées***

Les malades ayant des oedèmes des membres (ou d'autres parties du corps) sont souvent particulièrement exposés à des lésions cutanées sous la forme de petites plaies, d'ampoules, de coupures légères, d'égratignures, etc. Ces craquelures de la peau sont autant de portes ouvertes à toutes sortes d'infections qui, chez le malade de la FL, peuvent être extrêmement graves et provoquer des accès aigus, alors que chez un sujet sain, de telles lésions ont rarement des effets aussi sérieux.

### **Prise en charge du lymphoedème**

Les malades ayant un lymphoedème – enflure d'un membre ou d'une autre partie du corps – doivent prendre tout particulièrement soin de leur peau pour éviter les lésions de toutes sortes pouvant entraîner un accès aigu.

## Démonstration de l'instructeur

L'instructeur va montrer comment soigner les malades de la FL et comment leur apprendre, ainsi qu'à leurs familles, à prendre soin des membres enflés ou des autres parties du corps touchées par la maladie.

Prendre soin de sa peau consiste à observer des règles simples d'hygiène élémentaire et à faire les exercices que l'instructeur va vous montrer.

### Lavage fréquent de la jambe

Prendre soin de sa peau consiste à observer les règles simples d'hygiène élémentaire suivantes :

- Laver le membre atteint au moins une fois par jour avec de l'eau propre à la température ambiante (ne pas utiliser d'eau chaude) et un savon ordinaire non parfumé.
- Laver à fond en appliquant le savon à partir du genou vers le bas ; prendre bien soin de frotter doucement entre les orteils et dans les plis avec un linge ou de la gaze propres.
- Rincer le membre avec de l'eau propre à la température ambiante.
- Savonner et rincer de nouveau jusqu'à ce que l'eau de rinçage soit propre pour éliminer toute trace de saleté.
- S'essuyer doucement et complètement la peau avec une serviette propre, sans frotter.
- S'assurer que la peau entre les orteils et dans les plis est bien sèche.

Certains malades peuvent avoir besoin d'aide pour laver et essuyer leurs membres. Ces techniques de lavage et de soins doivent aussi être utilisées pour les autres parties du corps atteintes.

### **Prévention et soin des lésions ouvertes**

Les lésions ouvertes sont définies ici comme des déchirures de la peau permettant la pénétration de saletés et de germes. Les petites blessures, les ampoules, les coupures légères et les égratignures sont toutes des lésions ouvertes.

- Chaque fois que l'on lave un membre atteint, examiner la peau pour déceler toute lésion ouverte qui peut être très petite et cachée entre les orteils (ou les doigts) ou au fond des plis.
- Eviter d'égratigner la peau.
- Laver et essuyer très soigneusement toutes les lésions ouvertes.
- Si une lésion ouverte est infectée, transférer le malade dans une USSP pour examen.

### **Surélévation**

La surélévation est importante chez les malades ayant un lymphoedème pour prévenir une accumulation de sérosité dans la partie du corps atteinte par la maladie. C'est là une mesure simple qui peut apporter un soulagement considérable.

- En position assise, la jambe enflée doit être surélevée jusqu'au niveau de la hanche et reposer confortablement sur un tabouret, une chaise ou tout autre point d'appui similaire. Au besoin, on placera un oreiller sous le genou.
- En position couchée, surélever la jambe en plaçant un socle tel qu'une brique sous le pied du lit, ou encore un oreiller sous la natte si la personne couche à même le sol. Il convient de surélever toute la jambe, et pas seulement le pied.
- Si la partie du corps atteinte est un bras, un sein ou le scrotum, on peut les surélever la nuit en plaçant en dessous un oreiller ou une couverture pliée.
- Veuillez noter que la surélévation est exclue si le malade souffre du cœur.

### **Port de chaussures appropriées**

Le port de chaussures appropriées est important pour les raisons suivantes :

- Cela protège la plante des pieds des objets qui pourraient la blesser et provoquer un accès aigu.

- Les chaussures doivent être confortables et pas trop serrées pour maintenir une circulation d'air autour du pied, et les talons doivent être très plats.
- Les sandales sont préférables.
- Les malades veilleront à ce que les chaussures ne provoquent pas de frottement ni d'ampoules car ce pourrait être une cause d'accès aigu. En cas d'apparition d'une ampoule, ne pas la crever et en prendre le plus grand soin jusqu'à sa guérison complète.

### Exercice

Exercer fréquemment un membre est un moyen de le soulager. Cet exercice peut avoir lieu n'importe où et n'importe quand, que l'on soit assis, debout ou couché, mais pas au cours d'un accès aigu.

Il est recommandé d'effectuer les exercices suivants, à raison de 5 à 15 fois chacun :

- En se tenant debout sur les deux pieds et en prenant appui sur un mur, un arbre, une chaise ou une personne, se dresser sur la pointe des deux pieds en même temps, puis reposer les talons sur le sol.
- En position assise ou couchée, diriger les orteils vers le sol, puis les relever, un pied à la fois.
- En position assise ou couchée, faire avec la cheville un mouvement circulaire, un pied à la fois.

A la fin de la démonstration, l'instructeur demandera à l'un ou à deux d'entre vous de résumer les sujets traités.

L'instructeur fera alors part de ses observations en corrigeant les réponses erronées et en clarifiant les points obscurs éventuels.

### Démonstration de l'apprenant

Vous allez pratiquer la prise en charge d'un malade de la FL en suivant les indications données par l'instructeur.



# Evaluation et prise en charge d'un accès aigu

## Objectifs d'apprentissage

*Après avoir achevé ce module, vous devez être capable :*

- d'évaluer les signes et symptômes d'un accès aigu
- de prendre en charge les malades de la FL victimes d'un accès aigu
- de conseiller aux malades de la FL ainsi qu'à leurs familles et amis ce qu'il convient de faire en cas d'accès aigu
- de décider quand il faut transférer un malade de la FL souffrant d'un accès aigu dans l'USSP.

## Remue-méninges

Vous allez prendre part à une séance de remue-méninges pour faire le point de ce que vous savez au sujet de l'accès aigu. A la fin de la séance, toutes les suggestions seront examinées, puis l'instructeur les résumera et vous donnera de plus amples détails sur l'accès aigu.

## Evaluation de l'accès aigu

- Les petites blessures, les ampoules, les coupures légères et les égratignures survenant sur la peau ainsi qu'entre les orteils, les doigts et les plis cutanés sont les principales causes d'accès aigu chez les malades de la FL ayant un lymphoedème car elles permettent la pénétration dans la peau de saletés et de germes qui y provoquent des infections.
- Au cours des accès aigus, la peau rougit, enfle et devient brûlante et douloureuse. Le malade peut aussi présenter des symptômes généraux tels que fièvre, maux de tête, frissons et éventuellement nausée et vomissements. Si l'infection se propage, l'accès aigu peut mettre en danger la vie du malade.
- Un accès aigu dure en général 3 à 5 jours et le malade peut être incapable de marcher ou même de se lever. Le membre, ou autre partie du corps atteinte, est extrêmement douloureux et le moindre contact peut être insupportable. A la suite de l'accès aigu, la peau sèche, pèle et peut prendre une coloration plus foncée.
- Chaque accès aigu provoque une aggravation du lymphoedème, d'où l'importance fondamentale de la prévention. Il est donc essentiel d'enseigner les bases des soins à domicile au malade ainsi qu'à sa famille et à ses amis.

- La plupart des malades peuvent aisément traiter un accès aigu à domicile en commençant par rafraîchir la jambe dès le début de l'accès.

Il convient d'insister sur le fait que l'accès aigu est une affection très grave. Même si vous ne voyez pas le malade au cours d'un accès aigu, certains signes (peau sèche qui pèle et prend une couleur plus foncée, par exemple) témoignent d'un récent accès aigu.

### **Prise en charge de l'accès aigu**

Certaines mesures permettent de prévenir l'accès aigu ou de réduire sa gravité. Elles consistent à enseigner aux malades et à leurs familles et amis comment soigner les membres (ou autre partie du corps) pendant l'accès. Les principaux moyens de traiter l'accès aigu consistent à soulager la douleur, assurer une bonne hydratation, et faire reposer le malade.

#### ***Soulagement de la douleur***

- On soulage la douleur en rafraîchissant le membre (ou autre partie du corps) atteint, soit par l'application d'un linge propre préalablement trempé dans de l'eau froide que l'on change dès qu'il devient tiède, soit par l'immersion du membre (ou autre partie du corps) atteint dans une cuvette d'eau froide. Le processus de rafraîchissement doit se poursuivre tant que la douleur persiste.
- On peut administrer un médicament, par exemple du paracétamol, pour faire tomber la fièvre.

#### ***Hydratation***

- Le malade doit boire d'importantes quantités d'eau.

#### ***Repos***

- Le malade doit se reposer en surélevant la partie du corps atteinte aussi confortablement que possible. Il évitera tout exercice.

Si l'accès aigu perdure et/ou en présence d'une forte fièvre, de frissons ou d'une confusion mentale, et si la douleur ne se calme pas, malgré les mesures susmentionnées, dans les 24 heures, il convient de transférer le malade dans une unité de soins de santé primaires où des antibiotiques ou toute autre mesure pourront lui être prescrits par un médecin ou un(e) infirmier(ère).

- Même si vous ne voyez pas un malade de la FL au cours d'un accès aigu, certains signes (peau sèche qui pèle et prend localement une couleur plus foncée, par exemple) témoignent d'un récent accès.
- Il importe au plus haut point que vous enseigniez les rudiments des soins à domicile aux patients et à leurs familles.
- La plupart des patients peuvent aisément traiter un accès aigu à domicile, en commençant par refroidir la partie du corps atteinte dès le début de l'accès, ce qui évite une aggravation de leur état.

### Démonstration de l'instructeur

L'instructeur va vous montrer comment traiter un malade au cours d'un accès aigu, à savoir :

- D'abord, tremper la jambe dans une bassine ou une cuvette d'eau froide ou appliquer un linge (ou une compresse) imprégné d'eau froide. Changer le linge (la compresse) dès qu'il devient tiède.
- Continuer à rafraîchir la jambe (ou autre partie du corps) jusqu'à ce que la douleur cesse.
- Administrer un médicament pour abaisser la température corporelle (par exemple du paracétamol) toutes les 4 à 6 heures jusqu'à ce que la fièvre tombe.
- Demander au malade de se reposer et de surélever sa jambe (ou toute autre partie du corps) aussi confortablement que possible.
- Demander au malade de boire beaucoup d'eau.
- Dire aux mères allaitantes qu'elle peuvent continuer à allaiter leur bébé au cours d'un accès aigu sans aucun risque pour lui ni pour elles-mêmes.

### Au cours d'un accès aigu, demander au malade D'EVITER :

- de faire de l'exercice (ce peut être très douloureux),
- d'appliquer sur la peau quelque chose de tiède ou de chaud,
- de crever ou de percer une ampoule, ou de se couper la peau pour une raison quelconque,
- de se bander la jambe,
- de se frotter la peau avec des herbes, de la cendre ou tout autre ingrédient non recommandé par un médecin ou un(e) infirmier(ère).

### Démonstration de l'apprenant

Vous allez pratiquer la prise en charge de l'accès aigu sur un malade de la FL.



# Formulaire d'enregistrement individuel et formulaire de suivi individuel

## Objectifs d'apprentissage

Après avoir achevé ce module, vous devez être capable :

- de reconnaître différents types de lymphoedème
- de reconnaître un accès aigu
- de déterminer la présence d'un hydrocèle et de le noter sur le formulaire
- de remplir le *Formulaire d'enregistrement individuel* et le *Formulaire de suivi individuel*

### Remplir le *Formulaire d'enregistrement individuel*

Le *Formulaire d'enregistrement individuel* est l'imprimé sur lequel vous allez indiquer l'état de santé du malade. Vous devez toujours remplir ce formulaire lorsque vous vous rendez pour la première fois au domicile d'une personne atteinte de FL.

Il est important que le nom du village soit inscrit sur le formulaire pour que vous sachiez où réside chaque malade en prévision des visites de suivi.

### Démonstration de l'instructeur

L'instructeur va vous montrer le *Formulaire d'enregistrement individuel*, faire une démonstration de son utilisation et vous expliquer ce que vous devez en faire après l'avoir rempli.

L'instructeur va vous montrer des illustrations de lymphoedèmes, d'un hydrocèle et d'un accès aigu pour que vous puissiez vous exercer à les reconnaître et à les enregistrer au bon endroit.

Vous allez vous exercer à remplir le *Formulaire d'enregistrement individuel*.

Vous pouvez observer que de nombreuses lignes du formulaire sont laissées en blanc : vous allez les remplir en y inscrivant votre nom, la date de la visite, le nom et la rue du village où s'effectue la visite et le nom, le sexe et l'âge du patient.

## **Exercice d'utilisation du *Formulaire d'enregistrement individuel***

Examiner les illustrations de lymphoedèmes et d'un accès aigu, examiner les dessins du *Formulaire d'enregistrement individuel* et :

- Cocher sur le formulaire la case correspondant à la partie du corps affectée et les manifestations que vous avez identifiées. Rappelez-vous que pour inscrire l'état du malade vous avez deux options : oui ou non.
- Dans le cas d'un accès aigu, la case « oui » se réfère au mois en cours et la case « non » à une époque antérieure. Si vous vous êtes rendu par exemple chez le malade un 22 février et si le malade a eu un accès aigu le 10 du même mois, vous allez cocher la case « oui » car l'accès a eu lieu moins de 30 jours auparavant. En revanche, si le malade a subi l'accès aigu en décembre de l'année précédente, vous allez cocher « non » car cet accès a eu lieu plus de 30 jours auparavant.

En cas de doute, ou si l'on a des questions à poser, ne pas hésiter à interroger l'instructeur pour obtenir tous les éclaircissements nécessaires et s'assurer que l'on a parfaitement compris comment remplir le formulaire.

### ***Formulaire de suivi individuel***

Vous allez maintenant vous exercer à remplir un *Formulaire de suivi individuel*. Au cours de chaque visite de suivi, vous devez inscrire les renseignements suivants sur le *Formulaire de suivi individuel* :






- la présence d'un lymphoedème à la première visite ou survenue après la première visite ;
- survenue éventuelle d'un accès aigu après la première visite ;
- apparition éventuelle de petites blessures, ampoules, coupures légères, égratignures et/ou se sont cicatrisées ;
- s'il y a lieu, nécessité de transférer le malade dans une USSP.

**Formulaire d'enregistrement individuel**

Nom de l'agent de santé

Date ..... Village ..... Rue .....

Nom du malade ..... Sexe ..... Age .....

LYMPHOEDEME		ACCES AIGU		HYDROCELE	
 Jambe	 Bras				
 Sein					
OUI	NON	OUI	NON	OUI	NON
Blessures					
Patient transféré dans une USSP					

### **Mise en tableau de l'évolution du malade sur le *formulaire de suivi individuel***

On va vous remettre un exemplaire du *Formulaire de suivi individuel* qui va vous permettre d'indiquer sur un tableau l'évolution de l'état du malade depuis la dernière visite et de conseiller en conséquence le malade et les soignants. Le formulaire couvre les visites effectuées sur une période d'un an.

Chaque malade de la FL doit être suivi\* pour déterminer :

- s'il y a eu des épisodes d'accès aigu, et si oui, combien ;
- s'il y a eu des blessures ou des lésions cutanées ;
- si les conseils donnés sur les auto-soins destinés à prévenir la douleur et les incapacités ont été suivis et se sont révélés efficaces ;
- s'il est nécessaire de transférer le patient dans une USSP.

Dans le cas où le malade a suivi les conseils et où son état s'est amélioré, le féliciter.

En examinant le *Formulaire de suivi individuel*, vous pouvez constater qu'il comporte un grand nombre de lignes et de colonnes. Pour le remplir correctement, faire comme suit :

**Ligne 1** : inscrire la date (jour, mois et année) de la visite de suivi ; faire de même pour les visites suivantes

**Ligne 2** : entourer d'un cercle le numéro de la visite : la « visite 1 » est la première visite de suivi, et ainsi de suite

**Ligne 3** : cocher oui en présence d'une manifestation

**Ligne 4** : cocher oui en présence de lymphoedème, ou non dans le cas contraire

**Ligne 5** : cocher oui en présence d'accès aigu, ou non dans le cas contraire

**Ligne 6** : cocher oui en présence d'hydrocèle, ou non dans le cas contraire.

\* la fréquence du suivi sera décidée au niveau national

**Ligne 7 :** cocher oui s’il y a une ou plusieurs blessures, ou non dans le cas contraire.

**Ligne 8 :** cocher oui si les blessures se sont cicatrisées, ou non dans le cas contraire.

**Ligne 9 :** cocher oui si le malade doit être transféré dans une USSP, ou non dans le cas contraire.

**Ligne 10 :** cocher oui si le malade doit être transféré depuis une USSP dans un hôpital, ou non dans le cas contraire.

**Formulaire de suivi individuel**

Date																								
Visite	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		11		12	
	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Non
Lymhoedème																								
Accès aigu																								
Hydrocèle																								
Blessures cicatrisées																								
Transfert du malade																								

## Etude de cas

Cette étude de cas va vous permettre de vous exercer à remplir à la fois le *Formulaire d'enregistrement individuel* et le *Formulaire de suivi individuel*.

### **Formulaire d'enregistrement individuel**

Vous allez faire un exercice consistant à remplir un *Formulaire d'enregistrement individuel* contenant les indications suivantes relatives à un malade fictif souffrant de la FL :

- votre propre nom et le nom du village et de la rue où s'effectue la visite ;
- nom d'un malade de la FL de sexe masculin et âgé de 43 ans ;
- sa jambe est légèrement enflée – *cocher la case appropriée* ;
- il a eu un accès aigu – *cocher la case appropriée* ;
- Il ne présente pas de blessure – *cocher la case appropriée* ;
- Il ne nécessite pas un transfert dans une USSP – *cocher la case appropriée*.

L'instructeur va vous aider au cours de l'exercice en vous expliquant les questions et en clarifiant les points obscurs. Assurez-vous que vous avez parfaitement compris comment remplir ce formulaire.

### **Formulaire de suivi individuel**

Vous allez maintenant vous exercer à remplir un *Formulaire de suivi individuel* un mois après la première visite à domicile. Lors de chaque visite de suivi, vous devrez inscrire les renseignements suivants sur le *Formulaire de suivi individuel*:

- partie du corps présentant un lymphoedème au moment de la première visite ;
- le patient a-t-il eu un accès aigu ?
- des petites blessures, des ampoules, des coupures légères, des égratignures, etc. sont-elles apparues ?
- doit-on transférer le patient dans une USSP ?

Pour vous permettre de compléter le *Formulaire de suivi individuel*, l'instructeur va vous donner les renseignements additionnels suivants concernant le même patient fictif de sexe masculin et âgé de 43 ans :

- il ne présente pas de nouveau lymphoedème autre que celui de sa jambe gauche ;
- il n'a pas subi d'accès aigu au cours du mois précédent ;
- il n'a pas de petite blessure, ampoule, coupure légère, ni égratignure, etc.
- il n'a pas à être transféré dans une USSP.

A l'issue de l'exercice, l'instructeur va analyser votre travail et formuler les observations nécessaires. Veillez à bien poser toutes les questions nécessaires sur les points encore obscurs pour être bien sûr de savoir comment remplir ce formulaire.



# Messages d'éducation sanitaire pour la prévention des incapacités dues à la filariose lymphatique

## Objectifs d'apprentissage

*Après avoir achevé ce module, vous devez être capable :*

- d'expliquer le sens de chaque message d'éducation sanitaire
- de diffuser les messages d'éducation sanitaire au moyen de méthodes de communication et du tableau à feuilles mobiles

### **Communication sur le sujet de la filariose lymphatique**

Vous avez maintenant acquis des connaissances sur la FL et vous devez désormais bien comprendre ce qu'elle est, ce qui la provoque, quels en sont les signes et symptômes, et comment elle influe sur la vie des gens.

Votre tâche principale consiste à enseigner aux malades de la FL et à leurs familles et amis ce qu'est la maladie et comment il convient de la traiter.

Vous devrez parler à différents membres de la communauté : chefs religieux et dirigeants politiques, responsables de services sanitaires, infirmiers(ères), agents de santé communautaires, travailleurs sociaux, agriculteurs, responsables d'associations féminines et enseignants, pour qu'ils aident à diffuser des messages sanitaires appropriés sur les incapacités dues à la FL. Il faudra, pour cela, adapter votre méthode de communication aux différentes catégories de personnes auxquelles vous allez vous adresser.

Chacun des groupes énumérés ci-dessus doit participer à la diffusion des messages d'éducation sanitaire sur la prévention des incapacités dues à la FL.

## Démonstration de l'instructeur

L'instructeur va décrire cinq messages sanitaires différents sur tous les sujets relatifs aux incapacités dues à la FL, ainsi que des méthodes qui vous permettront de transmettre ces messages à d'autres. Vous devez penser à utiliser les techniques de communication que vous avez apprises dans le module 2.

Lorsque vous vous rendez au domicile d'un malade de la FL vous devez penser :

- à saluer les personnes présentes ;
- à vous présenter ;
- à demander la permission de pénétrer dans l'habitation ;
- à renseigner vos interlocuteurs sur le Programme d'élimination de la filariose lymphatique ;
- à leur dire quel est votre rôle et à leur expliquer que votre tâche consiste à diffuser auprès de tous les membres de la communauté des messages sur les moyens de prévenir les incapacités dues à la FL ;
- à dire au malade et à sa famille qu'ils recevront tous les mois une visite destinée à suivre l'évolution de la maladie ;
- avant de quitter l'habitation, à remercier les personnes présentes et à leur demander de faire passer les messages auprès de leurs parents et amis.

Vous devez informer les différents membres de la communauté que vous faites partie du programme qui assure la distribution sur une grande échelle de deux médicaments permettant de prévenir la transmission de la FL. Il est probable que la majeure partie de la communauté aura déjà été touchée par cette distribution de médicaments.

Les visites à domicile vont concerner les problèmes des malades de la FL qui sont déjà touchés par les conséquences de la maladie (gonflement des membres et des seins et hydrocèle) que les médicaments ne peuvent pas guérir.

Après avoir enregistré l'état du malade sur le *Formulaire d'enregistrement individuel*, vous devez expliquer au malade :

- que la maladie est transmise par des moustiques ;
- que la FL peut frapper n'importe qui, y compris des enfants ;
- qu'il ne s'agit pas d'une malédiction ou d'une punition ;
- que le gonflement de membres ou d'autres parties du corps est dû à la FL ;
- que les médicaments ne peuvent pas guérir les membres enflés mais qu'il existe des mesures permettant d'améliorer la vie des malades.

#### **Messages sanitaires destinés aux malades de la FL**

L'instructeur va vous montrer des dessins et vous décrire comment communiquer le plus efficacement possible les messages correspondants. Vous devez penser :

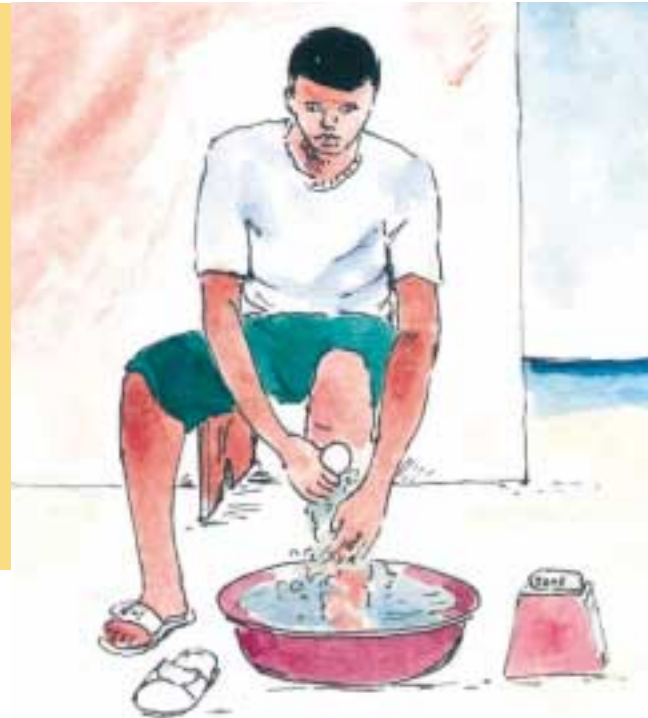
- à ne communiquer au malade qu'un ou deux messages à la fois ;
- à lui montrer les dessins correspondant à ces messages ;
- à veiller à ce que, si deux membres sont enflés, le malade sache bien qu'il doit soigner les deux ;
- à vous assurer que le malade a bien compris le message en lui demandant de répéter ce que vous avez dit et fait.

**« LAVEZ-VOUS LA JAMBE,  
OU TOUTE AUTRE PARTIE  
DE VOTRE CORPS  
ATTEINTE PAR UN  
LYMPHOEDÈME, AVEC  
DU SAVON ET DE L'EAU  
PROPRE. »**

Lorsque votre jambe ou toute autre partie de votre corps est enflée, il existe quelques mesures simples que vous pouvez prendre pour éviter une aggravation du gonflement et de la douleur.

Ces mesures vont aussi vous aider à marcher plus facilement, ainsi qu'à travailler et à participer à des activités récréatives et religieuses.

La première étape consiste à laver soigneusement le membre atteint avec du savon et une eau propre à la température ambiante et à rechercher les petites blessures, ampoules, coupures légères, égratignures, etc. (figure 9).



**Figure 9**

Homme se lavant la jambe avec du savon et de l'eau propre.

## LAVEZ-VOUS LA JAMBE AVEC DU SAVON ET DE L'EAU PROPRE

**Figure 10**

Homme apprenant à se laver entre les plis

**Figure 11**

Femme recevant une aide pour se laver la jambe

Vous êtes peut-être capable de vous laver la jambe seul, mais il se peut aussi que vous ayez besoin de l'aide d'un parent ou d'un ami pour nettoyer les endroits difficiles à atteindre (figures 10 et 11).

La personne qui vous aide ne risque pas d'attraper la maladie car la FL ne se transmet que par des piqûres de moustique.

L'homme lave sa jambe enflée avec du savon et de l'eau propre. La femme reçoit une aide pour se laver la jambe. La jambe et le pied sont lavés doucement, y compris entre les orteils et les plis, à l'aide d'un linge propre. Laver sa jambe est important pour protéger la peau des infections.

## MESSAGE 2

**« ESSUYEZ-VOUS LA  
JAMBE, OU TOUTE AUTRE  
PARTIE DU CORPS  
ATTEINTE PAR UN  
LYMPHOEDÈME, AVEC  
SOIN ET DOUCEMENT. »**

Il est très important de s'essuyer la jambe et le pied doucement pour éviter d'endommager la peau (figure 12).



**Figure 12**

Homme s'essuyant la jambe

## ESSUYEZ-VOUS LA JAMBE AVEC SOIN ET DOUCEMENT

**Figure 13**

Homme s'essuyant entre les orteils

**Figure 14**

Homme s'essuyant entre les plis

Vous devez, à l'aide d'un linge propre, faire particulièrement attention à bien sécher la peau entre les orteils et entre les plis (figures 13 et 14).

S'il vous est difficile d'atteindre votre pied ou votre jambe, vous pouvez toujours demander l'aide d'un ami ou d'un parent.

---

Vous devez utiliser un linge propre et prendre particulièrement soin de bien vous sécher entre les orteils et les plis.

## MESSAGE 3



Figure 15

Femme surélevant sa jambe pour travailler



Figure 16

Homme surélevant sa jambe pour travailler



Figure 17

Homme surélevant sa jambe pour jouer

**« SURÉLEVEZ  
VOTRE JAMBE  
JOUR ET NUIT. »**

Si votre jambe est enflée, essayez de la surélever le plus possible. Assis avec la jambe surélevée, vous pouvez continuer à vous livrer à de nombreuses occupations comme la cuisine (figure 15), un travail (figure 16), un jeu avec des amis (figure 17), et si vous êtes une femme, allaiter votre enfant (figure 18).

Adoptez une position confortable lorsque vous surélevez votre jambe en la faisant reposer sur un tabouret ou un coussin pendant que vous êtes assis.

## SURELEVEZ VOTRE JAMBE JOUR ET NUIT



**Figure 18**

Femme surélevant sa jambe pour allaiter son enfant



**Figure 19**

Comment surélever la jambe en plaçant un oreiller sous le matelas



**Figure 20**

Comment surélever votre jambe dans un lit

Surélevez votre jambe la nuit en plaçant un oreiller sous le matelas (figure 19) ou des briques sous le pied du lit (figure 20).

Si la partie enflée de votre corps se situe ailleurs (sein, bras ou scrotum par exemple) vous pouvez la surélever la nuit en la faisant reposer sur un oreiller ou une couverture pliée.

La surélévation est une mesure simple qui peut améliorer l'état de votre jambe si vous la pratiquez tous les jours et qui vous permettra de vous livrer plus aisément à vos activités quotidiennes.

## MESSAGE 4

**« FAITES DES  
EXERCICES A  
TOUT MOMENT ET  
N'IMPORTE OU. »**

Vous devez exercer votre jambe plusieurs fois par jour car le mouvement est essentiel pour améliorer l'état du membre.

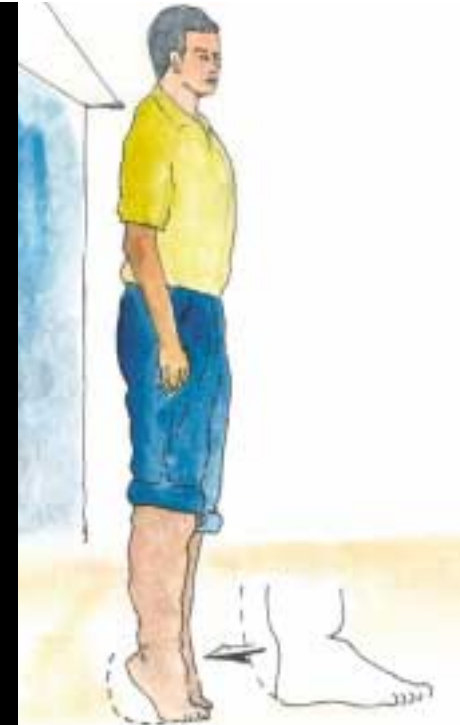
### **Exercice 1 :**

Dressez-vous sur la pointe des pieds, puis redescendez sur les talons – cet exercice peut se faire debout ou assis (figures 21 et 22).



**Figure 21**

Exercice 1 : se dresser sur la pointe des pieds



**Figure 22**

Exercice 1 : redescendre sur les talons

FAITES DES EXERCICES A TOUT MOMENT ET N'IMPORTE OU



**Figure 23**

Exercice 2 : en tendant le pied, décrire des cercles avec la cheville

**Exercice 2 :**

Tendez le pied vers le haut et décrivez des cercles avec la cheville (figure 23).

Faites ces exercices aussi souvent que vous le pouvez. Si vous vous sentez fatigué, arrêtez l'exercice et reposez vous.

## MESSAGE 5



**Figure 24**

Femme subissant un accès aigu



**Figure 25**

Rafrâichissement de la jambe  
au cours d'un accès aigu

### **«TRAITEZ LES ACCÈS AIGUS.»**

Avez-vous jamais éprouvé les symptômes suivants :

- douleur profonde et très intense dans la jambe enflée ?
- peau rouge et sensible ?
- fièvre (parfois très forte), maux de tête et frissons ?
- nausée et/ou vomissements ?

Si oui, cela signifie que vous avez été victime d'un accès aigu. En appliquant toutes les mesures décrites dans les messages précédents, vous devez pouvoir prévenir un douloureux accès aigu (figure 24).

Si vous avez un accès aigu, prenez immédiatement les mesures suivantes :

- trempez votre jambe dans une bassine ou une cuvette d'eau froide ou appliquez une compresse froide (figure 25) ;

## ACCÈS AIGU



Figure 26

Victime d'un accès aigu prenant des comprimés pour faire tomber la fièvre



Figure 27

Application d'une pommade antiseptique prescrite par un médecin ou un(e) infirmier(ère)

- continuez à refroidir la jambe jusqu'à ce que la douleur cesse ;
- buvez de grandes quantités d'eau ;
- reposez-vous et évitez de faire de l'exercice ;
- prenez un médicament pour abaisser la température corporelle (par exemple du paracétamol toute les 4 à 6 heures, jusqu'à ce que la fièvre tombe) (figure 26) et, si nécessaire, un antibiotique prescrit par un médecin ou un(e) infirmier (ère).

Dès que la douleur a cessé, lavez-vous bien la jambe, y compris entre les orteils et les plis. Veillez ensuite à l'essuyer avec soin et doucement pour éviter d'endommager la peau, sans oublier de passer entre les orteils et les plis. Si vous avez une blessure ou une infection, appliquez une pommade antiseptique si elle a été prescrite par un médecin ou un(e) infirmier(ère) (figure 27).

## AU COURS D'UN ACCÈS AIGU

### Complément d'information sur l'accès aigu :

Si elle se sent suffisamment bien, une mère allaitante peut continuer à donner le sein pendant un accès aigu car son bébé ne risque pas d'en souffrir.



**Figure 28**

Homme se lavant la jambe à l'eau chaude



**Figure 29**

Homme coupant la peau de sa jambe pour en extraire l'excès de liquide



**Figure 30**

Homme crevant une ampoule

### Au cours d'un accès aigu, EVITER ABSOLUMENT:

- d'appliquer quelque chose de tiède ou de chaud sur la peau (figure 28) ;
- de couper la peau pour en extraire l'excès de sérosité ou du sang (figure 29) ;
- de se bander la jambe ;
- de se frotter la peau avec des herbes, de la cendre, ou quoi que ce soit qui n'ait pas été prescrit par un médecin ou un infirmier(ère) ;
- de crever une ampoule ou de la percer (figure 30) ;
- de faire de l'exercice.

## Jeu de rôle

L'instructeur va vous demander de jouer la scène suivante.

### Le sujet

Aujourd'hui, un agent de santé communautaire chargé d'activités de prévention des incapacités a prévu de rendre visite à un malade de la FL et à sa famille pour leur parler des messages sur la prévention des incapacités.

### Acteurs :

Agent de santé	<b>personne A</b>	2 <sup>e</sup> fille	<b>personne E</b>
Malade de la FL	<b>personne B</b>	1 <sup>er</sup> fils	<b>personne F</b>
Epouse	<b>personne C</b>	Grand-mère	<b>personne G</b>
1 <sup>re</sup> fille	<b>personne D</b>	Grand-père	<b>personne H</b>

### Observateurs :

Apprenants qui regardent le jeu de rôle et vont faire part de leurs observations à la fin.  
L'instructeur va expliquer clairement comme suit le rôle de chaque acteur :

#### 1. L'agent de santé va :

- pratiquer des techniques de communication ;
- utiliser le *Formulaire d'enregistrement individuel* pour enregistrer les données sur le malade de la FL et le tableau à feuilles mobiles de la FL pour expliquer chaque message ;
- indiquer au malade par une démonstration comment prendre soin de la partie du corps atteinte par un lymphoedème ;
- s'assurer que la famille a pleinement compris en demandant à l'un de ses membres de répéter la démonstration.

## **2. Le malade de la FL et les membres de sa famille doivent :**

- se comporter comme des gens ordinaires inquiets et un peu désorientés au sujet de la maladie ;
- poser des questions sur la transmission, le traitement et les incapacités ;
- utiliser un langage simple.

## **3. Les observateurs doivent :**

- observer le jeu de rôle ;
- ne pas gêner le travail des acteurs ;
- noter si l'agent de santé :
  - énonce les messages clairement,
  - explique toutes les mesures relatives au soin de la jambe ou de toute autre partie du corps touchée par un lymphoedème,
  - répond à toutes les questions correctement et de la manière appropriée,
  - donne au malade et à sa famille suffisamment d'informations et de détails sur la FL et l'accès aigu.

## **Discussion de classe**

A l'issue de la séance de jeu de rôle, chaque apprenant sera prié de donner son avis sur ce qui a été bien ou mal fait pour améliorer la communication entre les malades et les agents de soins de santé.

*Vous êtes maintenant parvenu au terme de l'atelier. Nous espérons que vous vous sentez suffisamment sûr de vous pour aller dans votre communauté propager des messages de santé qui vont aider les malades de la FL.*

*N'oubliez pas que vous pouvez toujours vous référer au présent Guide pour rafraîchir votre mémoire en cas de nécessité et si vous avez le moindre doute sur une question quelconque. Accordez une attention particulière aux sections sur l'éducation sanitaire dans la communauté (Module 2) et aux messages d'éducation sanitaire pour la prévention des incapacités dues à la filariose lymphatique (Module 6).*

*Nous vous souhaitons une complète réussite et beaucoup de satisfaction dans votre travail.*



