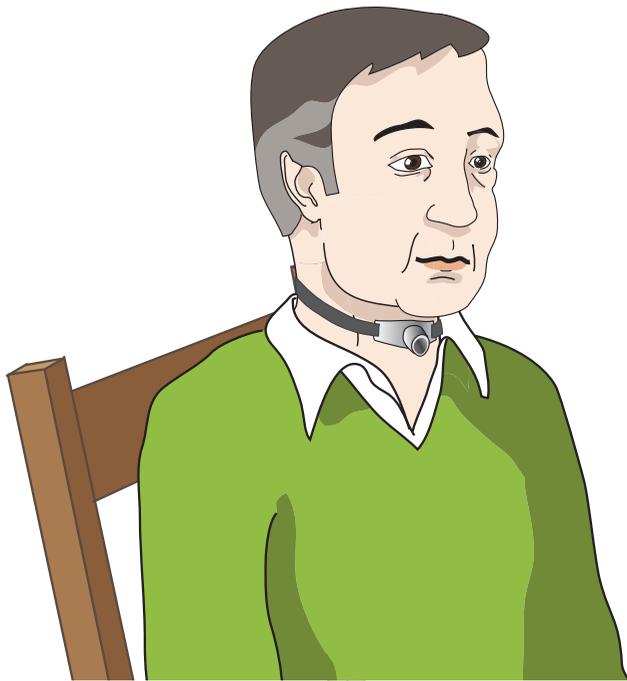


# Prendre soin d'une trachéostomie

## Pour le patient et ses proches



Ce livret appartient à :

---

Ce livret vous propose des informations sur votre trachéostomie et sur les soins à y apporter à la maison. Lisez-le à votre rythme, notez les questions ou les préoccupations que vous et vos proches avez et, surtout, faites-nous-en part.

Centre universitaire  
de santé McGill



McGill University  
Health Centre

**Office d'éducation des patients**  
**Patient Education Office**

## Une adaptation de :

MUHC Tracheostomy Care @ Home (2006) rédigé par Trudy Naraine, inf. B.Sc.,  
éducatrice en chirurgie, HRV.

## Rédaction :

Jasmine Lee Hill, inf, M.Sc – Infirmière clinicienne spécialisée en chirurgie, CUSM.

## Collaborateurs :

Sandra McCarthy, inf. B.Sc., infirmière de liaison, HGM; Jeanne Côté, inf,  
infirmière clinique d'ORL, HRV; Genevieve Beauregard-Paultre, orthophoniste-  
audiologiste, HRV; Judith Robillard-Shultz, orthophoniste-audiologiste, HGM;  
Ruth Guselle, inf, B.Sc., infirmière clinicienne des familles USI, HRV; Andrea  
Darbough, Moniteur (Fellow), ORL

Nous remercions l'Office d'éducation des patients du CUSM de l'aide fournie tout  
au long de l'élaboration de ce guide, pour la conception et la mise en page ainsi  
que pour la création de toutes les illustrations. Nous remercions le Comité de  
l'Éducation des patients du CUSM pour sa participation à ce projet au niveau de  
la traduction et de l'édition.

© Droit d'auteur 20 mars 2015, décembre 2014 Centre universitaire de santé  
McGill. 2ième édition. La reproduction partielle ou totale sans autorisation écrite  
de patienteducation@muhc.mcgill.ca est strictement interdite.

## Important : veuillez lire

Ce livret a été conçu à des fins éducatives. Il ne remplace pas l'avis  
médical ou les conseils donnés par un professionnel de la santé et ne se  
substitue pas à des soins médicaux. Contactez un professionnel de la  
santé qualifié si vous avez des questions concernant vos soins de santé.

Ce livret destiné aux patients a été rendu possible grâce  
à une bourse éducative sans restriction de Covidien.



# COVIDIEN

Ce matériel est aussi disponible sur le site de  
**l'Office d'éducation des patients du CUSM :**  
[www.muhcpatienteducation.ca](http://www.muhcpatienteducation.ca)

Centre universitaire  
de santé McGill



McGill University  
Health Centre

Office d'éducation des patients  
Patient Education Office

# Table des matières

Renseignements personnels	4
Coordonnées	5
Votre équipe soignante	6
Qu'est-ce qu'une trachéostomie?	7
Préparer le retour à la maison	10
Le nécessaire	10
Prendre soin d'une trachéostomie	12
Expectorer pour dégager les poumons	13
Aspirer les sécrétions	14
Nettoyer la canule interne	16
Prendre soin de votre stomie	18
Changer le codon de trachéostomie	20
Vivre avec une trachéostomie	
Humidification	22
Lavage des mains	23
Bains et douches	23
Alimentation	24
Tenue vestimentaire	25
Précautions à prendre (poussière, eau, parfum, etc.)	26
Communication	27
Solutions à certains problèmes. Que faire si :	
Vous respirez avec difficulté	29
Vous n'arrivez pas à respirer	29
La canule de trachéostomie est entièrement sortie	30
RCR dans le cas d'un patient trachéostomisé	30
Soutien et ressources communautaires	31
Notes	32
Image de référence	33
Aidez-nous à aider les autres	34
Carte de l'Hôpital Royal Victoria au site Glen	plat verso

# Renseignements personnels

---

Dimension et type de ma canule de trachéostomie :



---

---

Date du dernier changement de ma canule de trachéostomie :



---

---

---

---

Date du prochain changement :



---

---

---

---



## Coordonnées utiles

Numéro du CLSC près de chez moi :



\_\_\_\_\_

Numéros d'urgence :



\_\_\_\_\_

### Cliniques ORL (otorhinolaryngologie) :

Hôpital Royal Victoria (HRV)

Tél. : 514 934-1934, postes 34978 ou 34971; téléc. : 514 843-1529

### Unités ORL pour malades hospitalisés

HRV – 514-934-1934, poste 35003

HGM – 514 934-1934, poste 46800

### Clinique d'orthophonie-audiologie :

HRV – 514 934-1934, poste 34968

HGM – 514 934-8028

### Cédar des cèdres-CanSupport :

HRV – 514 843-1666

HGM – 514 934-1934, poste 42314

### Société canadienne du cancer

Tél. : 514 255-5151; aide matérielle : poste 6006

[aidematerielle@quebec.cancer.ca](mailto:aidematerielle@quebec.cancer.ca)

[www.cancer.ca](http://www.cancer.ca)

# Votre équipe soignante

---

Durant votre séjour à l'hôpital, vous serez entre les mains d'une équipe professionnelle et experte. Elle vous enseignera tout ce que vous devez savoir sur la manière de prendre soin de vous avant de retourner à la maison. N'hésitez surtout pas à demander aux membres de cette équipe de s'identifier et d'expliquer leur rôle. Ils sont tous là pour vous offrir à vous et à vos proches leur entière collaboration et les meilleurs soins possible.

Porter une canule de trachéostomie peut être très difficile à vivre au début pour vous et vos proches. Ce livret est donc conçu pour vous fournir des renseignements importants sur la manière de prendre soin de votre canule de trachéostomie et pour vous informer des ressources à votre disposition.

Veillez faire part de ce que vous ressentez, y compris craintes et inquiétudes, à votre équipe soignante afin qu'elle puisse répondre à vos besoins le mieux possible. Nous formons, tous ensemble, une seule et même équipe et veillons à ce que vous et vos proches receviez les meilleurs soins qui soient.

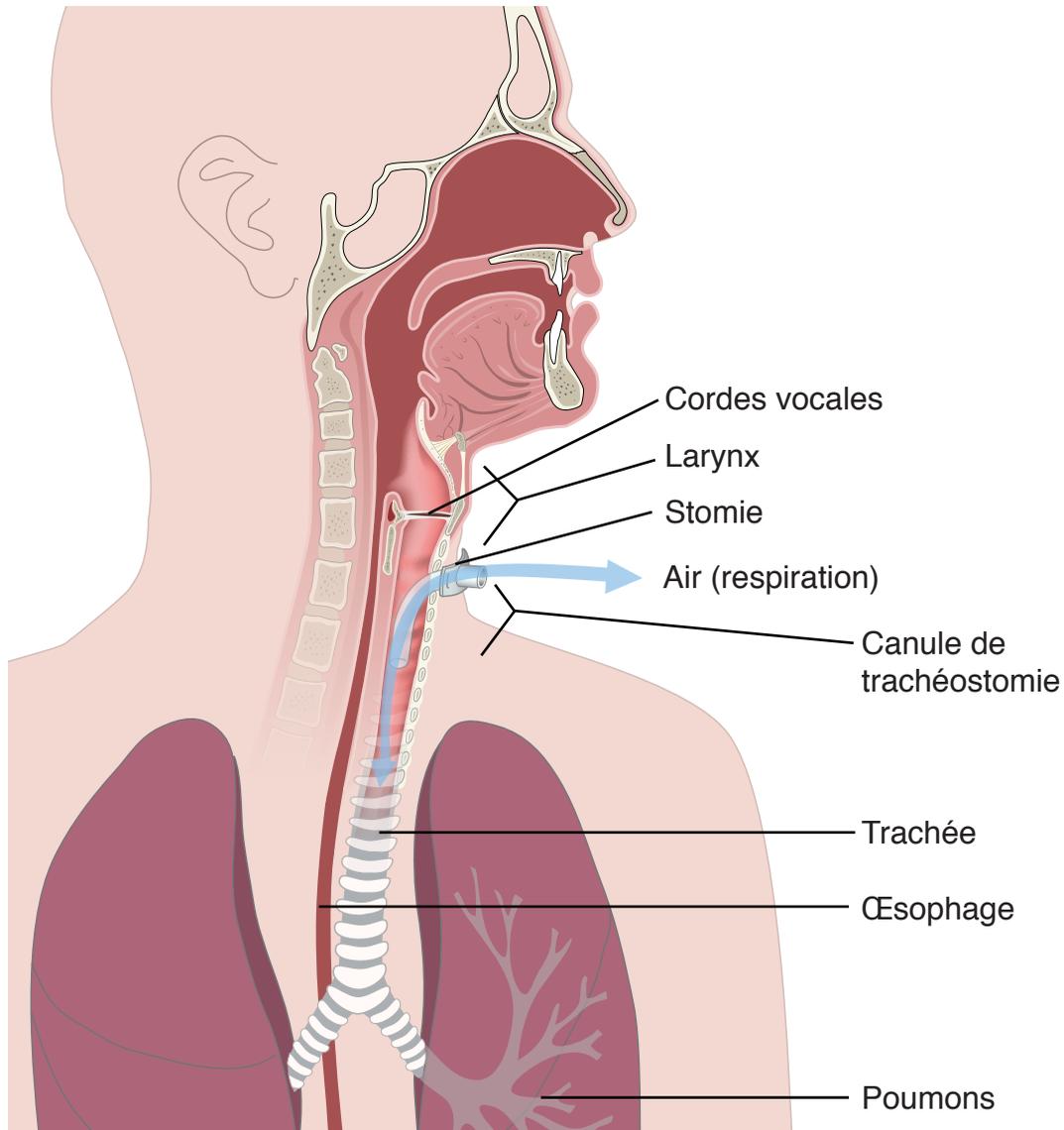
Sincères salutations

*L'équipe médicale interdisciplinaire du Centre universitaire de santé McGill  
responsable des soins aux patients trachéostomisés*



# Qu'est-ce qu'une trachéostomie?

Une trachéostomie est une ouverture chirurgicale pratiquée dans la trachée pour faciliter la respiration. Cette ouverture s'appelle une stomie. On y insère une canule de trachéostomie pour la garder ouverte. La canule de trachéostomie vous permet de respirer directement par la trachée au lieu d'avoir à le faire par le nez et la bouche. Une trachéostomie peut être temporaire ou permanente.

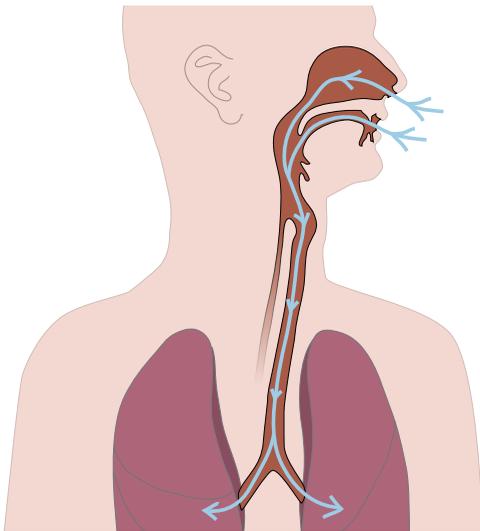


## De nombreuses raisons justifient le recours à une canule de trachéostomie. Voici les plus courantes :

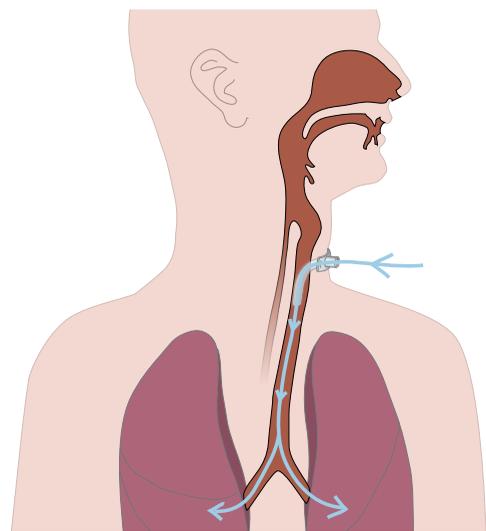
- Pour éviter l'obstruction des voies respiratoires supérieures
- Pour garder les voies respiratoires bien dégagées si vous êtes gravement blessé ou avez subi une intervention aux voies respiratoires supérieures
- Pour protéger les voies respiratoires lorsque leurs mécanismes de défense normaux sont défaillants
- Pour vous aider à mieux respirer si vous utilisez un appareil de ventilation assistée à long terme

## Comment la respiration change-t-elle?

Lorsque vous portez une canule de trachéostomie, il vous est impossible de respirer par le nez ou la bouche. L'air passe plutôt par la canule de trachéostomie, puis directement dans la trachée avant d'atteindre les poumons. Le nez et la bouche ont normalement pour fonction de réchauffer, de filtrer et d'humidifier l'air que vous respirez. Comme vous ne respirez plus par le nez ni la bouche, il faut trouver un autre moyen de réchauffer, de filtrer et d'humidifier l'air que vous respirez. Vous trouverez donc dans ce livret des conseils pour vous aider à y arriver.



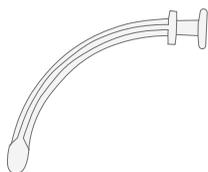
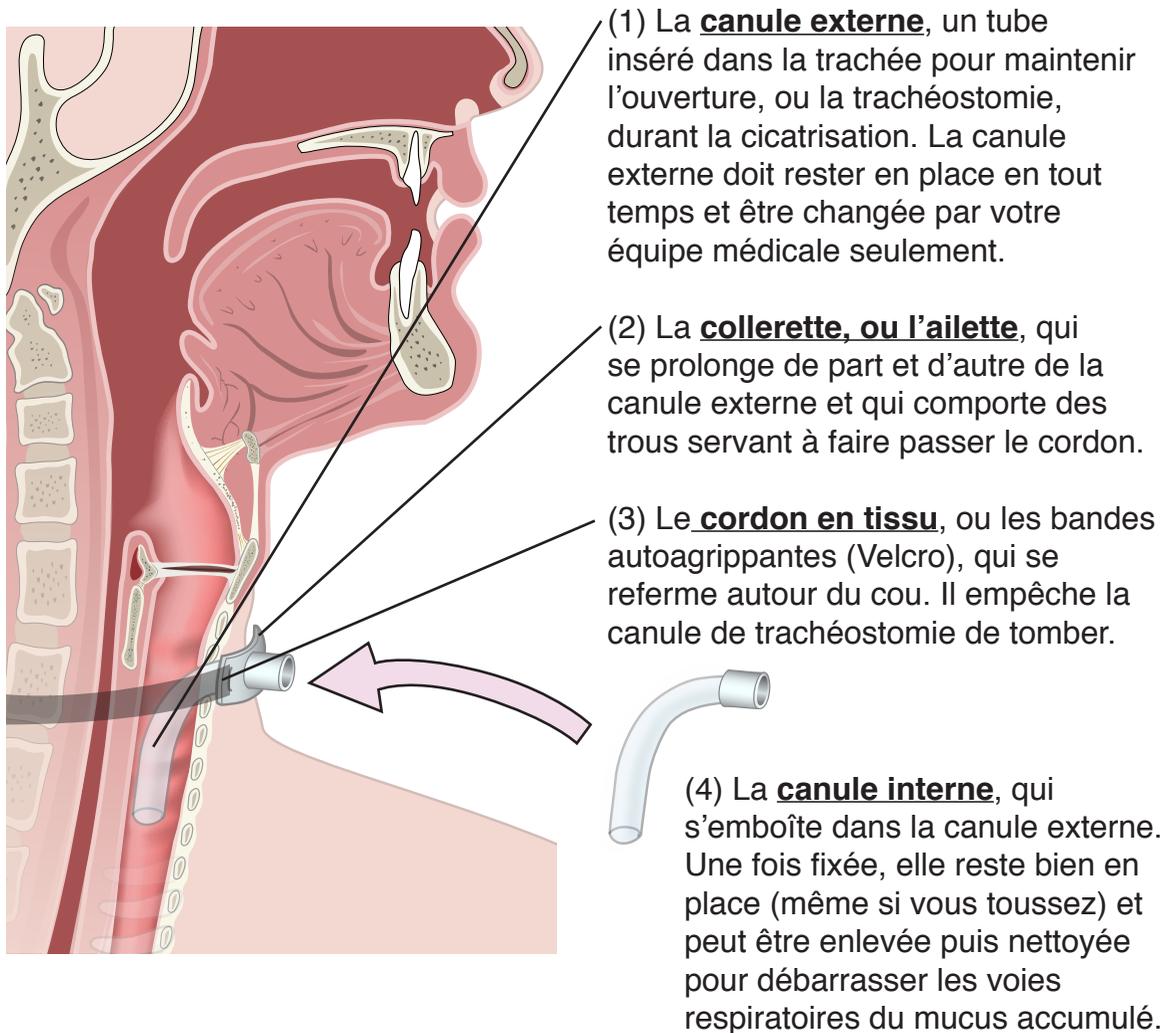
Respiration par le nez et la bouche



Respiration par la canule de trachéostomie

## Éléments de la canule de trachéostomie :

La canule de trachéostomie se compose de cinq éléments :



(5) L'**obturateur**, faisant partie des accessoires, qui n'est utilisé que par le médecin pour insérer votre canule de trachéostomie. Il s'insère dans la canule externe et offre une surface lisse qui facilite l'insertion de la canule de trachéostomie.

# Préparer le retour à la maison

Avant votre congé de l'hôpital, votre équipe soignante vous enseignera, à vous et à vos proches, comment prendre soin de votre canule de trachéostomie. Veuillez lui faire part de vos inquiétudes, de vos craintes et de vos moindres états d'âme. Nous sommes là vous pour vous soutenir.

Les soins d'une canule de trachéostomie requièrent un matériel minimal à la maison.

**Pour prendre soin d'une trachéostomie, voici donc le nécessaire :**

Brosse de trachéostomie



Savon liquide doux (Dove ou Ivory)



Peroxyde d'hydrogène



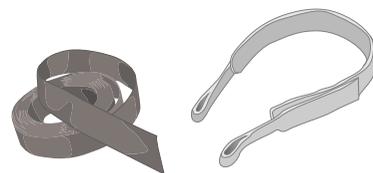
2 bols propres



Solution saline ou eau distillée



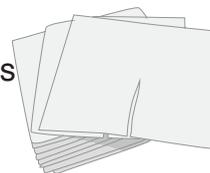
Cordon de trachéostomie



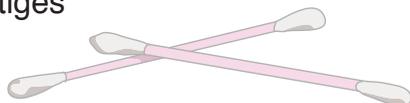
Ciseaux



Compresse de gaze



Cotons-tiges



Pincettes



## Les soins au quotidien :

Protecteur pour la douche



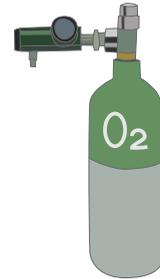
Filtre de trachéostomie en coton



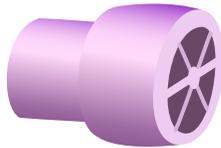
Humidificateur



Oxygène (si nécessaire)

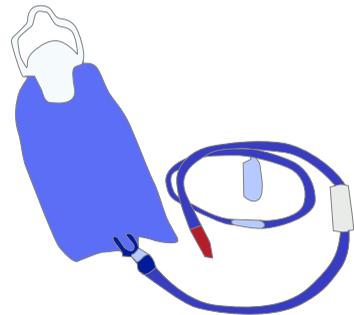
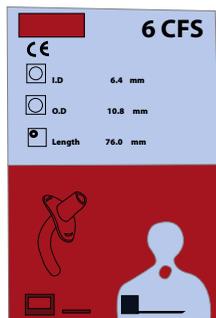


Valve de phonation ou autre dispositif de communication approprié



Matériel d'alimentation entérale (si nécessaire)

Boîte qui contient une canule supplémentaire de même dimension et tous ses accessoires



Votre équipe soignante vous aidera à vous procurer tout le matériel à avoir chez vous, avant que vous ne quittiez l'hôpital. L'infirmière de liaison contactera votre CLSC pour confirmer qu'il enverra une infirmière vous rendre visite à la maison les premières semaines après votre congé. Elle veillera à ce que vous ayez tout ce qu'il faut pour prendre soin de votre canule de trachéostomie, et que vous y parveniez avec suffisamment de facilité.

# Prendre soin d'une trachéostomie

---

Une fois le congé obtenu de l'hôpital, vous revoilà dans votre environnement. Pour prendre soin de votre trachéostomie, il suffit d'appliquer à ce qu'on appelle une « technique propre ». On veut dire par là que pour nettoyer votre canule de trachéostomie, il n'est pas nécessaire de porter des gants. Il est cependant très important de vous laver les mains correctement avant et après le nettoyage de votre canule. Si quelqu'un d'autre le fait à votre place, il faut alors que cette personne porte des gants pour vous protéger et se protéger elle-même.

Voici les étapes à suivre pour se laver correctement les mains :

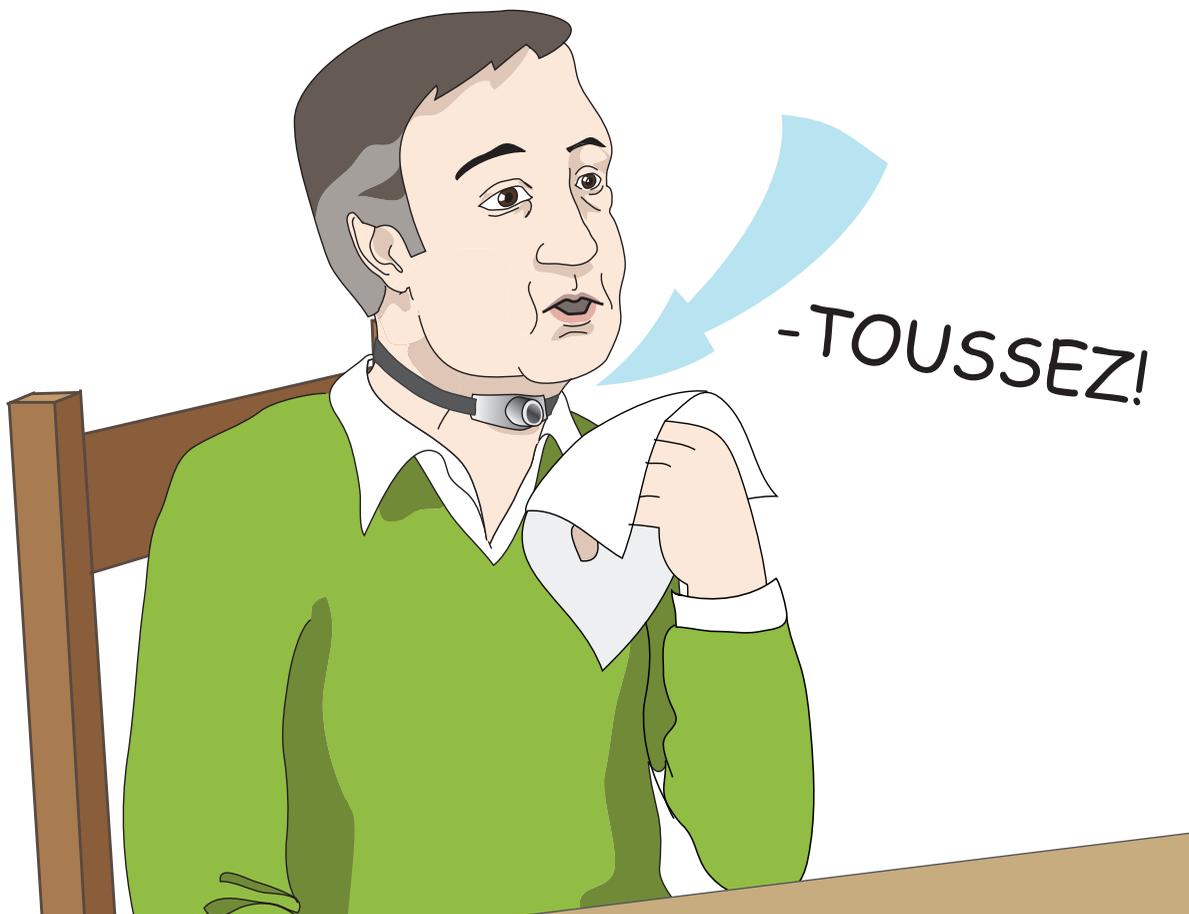
1. Se mouiller les mains avec de l'eau tiède.
2. Se savonner les mains et les frotter pendant 15 à 20 secondes.
3. Se savonner les deux mains partout, c'est bien important : les doigts, entre les doigts, les pouces, les paumes, le dos des mains et les ongles.
4. Se rincer les mains sous l'eau courante.
5. Se sécher les mains avec un essuie-tout, une serviette propre ou au séchoir à mains.
6. Fermer le robinet avec l'essuie-tout, si applicable.



# Expectorer pour dégager les poumons

---

Veillez à retirer les sécrétions de votre canule de trachéostomie aussi souvent qu'il le faut de même qu'avant le nettoyage de la canule interne. Inspirez profondément (en gardant la bouche fermée) et tousssez fort pour faire remonter les sécrétions. Il se peut qu'elles sortent par votre canule de trachéostomie ou par la bouche. Servez-vous d'un mouchoir de papier pour recueillir ou essuyer les sécrétions. Si vous êtes capable de les expectorer entièrement, il est inutile de les aspirer par la canule de trachéostomie.



# Aspirer les sécrétions

Si vous n'arrivez pas à expectorer les sécrétions, il faudra fort probablement les aspirer vous-même ou demander à quelqu'un d'autre de les aspirer par la canule de trachéostomie. Quelqu'un viendra vous montrer comment installer votre appareil de succion et utiliser le matériel.

1. Pour aspirer les sécrétions, voici le nécessaire :



Appareil de succion



Cathéter d'aspiration



Bol propre



Solution saline ou eau distillée



Gants non stériles

2. Se laver les mains.



3. Allumer l'appareil de succion et installer les accessoires à succion en suivant les instructions du fabricant (guide d'utilisation).



4. Verser la solution saline ou l'eau distillée dans un bol.

5. S'asseoir bien droit et essayer de tousser fort (pour faire remonter les sécrétions).

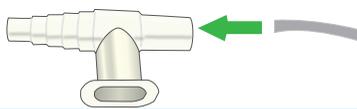


-TOUSSEZ

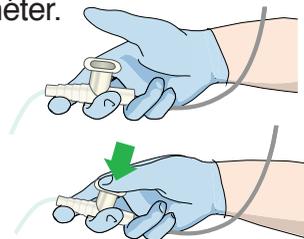
\*Mettre les gants (si une autre personne procède à l'aspiration des sécrétions)



6. Fixer le tube de l'appareil de succion à l'embout rigide du cathéter d'aspiration et faire glisser le cathéter hors de son emballage protecteur.



7. Avec votre main non dominante, tenir l'extrémité du cathéter se trouvant juste avant l'orifice de contrôle du cathéter.



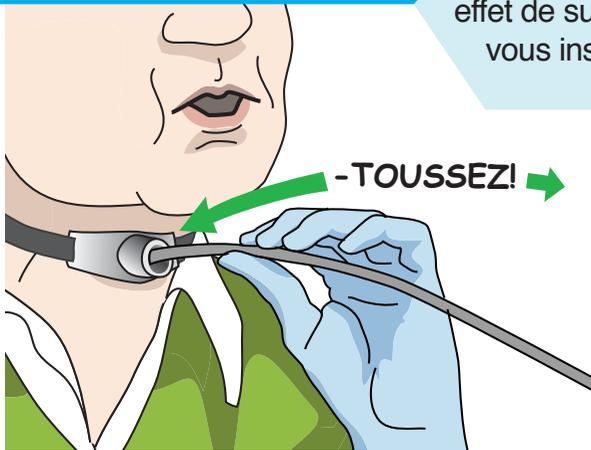
\* Avec le pouce, recouvrir l'orifice de contrôle du cathéter pour créer un effet de succion.



**8.** Avec votre main dominante, prendre le cathéter à environ 5 à 7 cm de son extrémité.

**9.** Mettre l'extrémité du cathéter dans la solution saline ou l'eau distillée pour tester le niveau d'aspiration de l'appareil à succion (voir étape 7).

\* Ne pas tenter de créer un effet de succion pendant que vous insérez le cathéter.



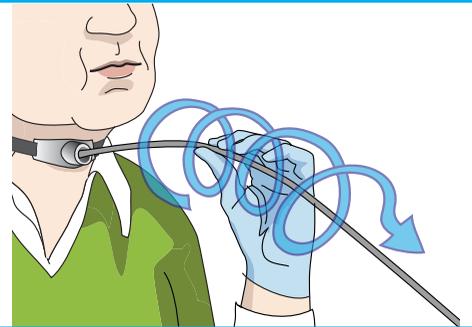
**10.** Insérer doucement le cathéter dans la canule de trachéostomie jusqu'à ce que vous sentiez une résistance ou commencez à tousser légèrement.

**11.** Tirer légèrement le cathéter avant l'aspiration.

**12.** Avec le pouce, recouvrir l'orifice de contrôle du cathéter pour créer un effet de succion et commencer l'aspiration.



**13.** Retirer le cathéter en faisant des mouvements circulaires et garder le pouce sur l'orifice de contrôle du cathéter pendant 10 à 15 secondes maximum.



**14.** Rincer le cathéter dans la solution saline ou avec l'eau distillée.

**15.** Se détendre en restant assis et prendre quelques respirations profondes.

**16.** Répéter ces étapes jusqu'à ce que vous sentiez avoir retiré la plupart des sécrétions et que vous respiriez plus facilement.

**17.** Nettoyer l'appareil de succion en suivant les instructions contenues dans le guide d'utilisation du fabricant.

**18.** Enlever les gants et se laver les mains.

# Nettoyer la canule interne

Le nettoyage de la canule interne de votre canule de trachéostomie est une tâche importante. La canule interne doit être nettoyée deux fois par jour (matin et soir), ou plus souvent, au besoin, pour garder la canule de trachéostomie propre et sans sécrétions.

**Pour nettoyer la canule interne, voici le nécessaire :**



Brosse de trachéostomie



savon liquide doux



Péroxyde d'hydrogène (si nécessaire)



deux bols propres



Solution saline ou eau distillée



Eau du robinet

**Étapes à suivre pour nettoyer la canule interne :**

**1. Se laver les mains**



**2. Placer le matériel sur une surface propre.**

**3. Dans l'un des bols, verser l'eau du robinet. Y ajouter du savon liquide doux (si les sécrétions sont épaisses et collantes, ajouter la même quantité de peroxyde d'hydrogène que d'eau).**



**Bol 1**



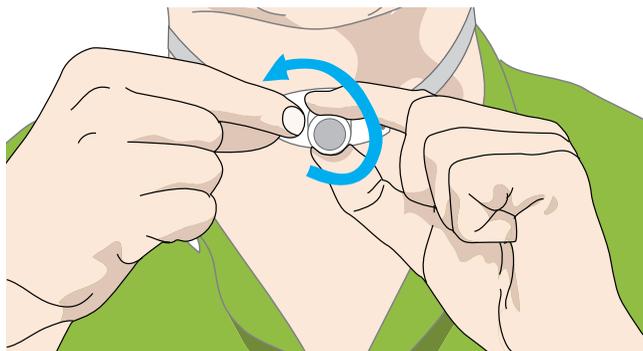
**Bol 2**



**4. Dans l'autre bol, verser la solution de rinçage (solution saline ou eau distillée).**

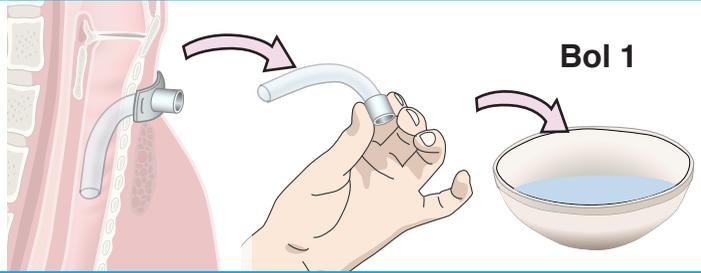
**5. Tenir en place la collerette de la canule externe entre le pouce et l'index d'une main.**

**6. Avec votre main dominante, faire tourner la canule interne dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour la dégager.**

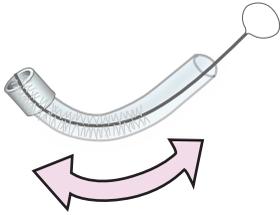


**7.** Retirer la canule interne en la tirant d'abord droit, puis vers le bas.

**8.** Placer la canule interne dans le bol contenant l'eau savonneuse.



**9.** À l'aide de la brosse de trachéostomie, nettoyer l'intérieur et l'extérieur de la canule interne pour retirer le mucus.



**Bol 2**



**10.** Rincer la canule interne en la mettant dans le bol contenant la solution saline ou l'eau distillée.

**11.** Vérifier si la canule est entièrement propre.

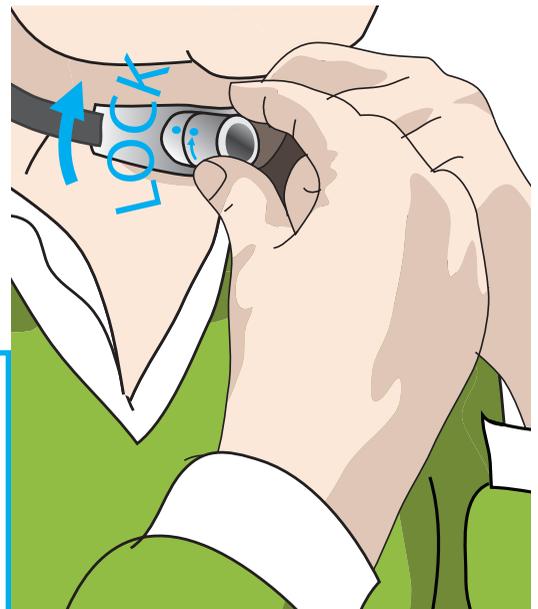
**12.** Secouer doucement la canule interne pour en retirer autant de liquide que possible. Ne pas sécher l'extérieur de la canule interne; la fine couche d'eau qui reste vous permettra de glisser la canule interne dans la canule externe plus facilement.

**13.** Tenir bien en place la collerette de la canule externe entre le pouce et l'index de votre main non dominante.

**14.** Introduire la canule interne dans la canule externe avec votre main dominante, puis la faire tourner dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à ce qu'elle s'emboîte bien en place. Noter que les points apparaissant sur la canule interne et la canule externe doivent être alignés.

**15.** Laver les bols à grande eau et les laisser sécher dans un endroit propre. Si vous utilisez une brosse de trachéostomie, la laver avec du peroxyde d'hydrogène, la rincer sous l'eau du robinet et la laisser sécher.

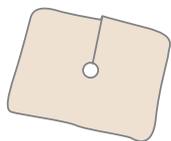
**16.** Se laver les mains.



# Prendre soin de votre stomie

Il faut nettoyer la stomie, c'est-à-dire la surface cutanée autour de la canule externe, au moins deux fois par jour, ou aussi souvent que nécessaire. Si vous utilisez un pansement sous la stomie, il faut également le changer dès qu'il se salit ou au moins une fois par jour au moment de nettoyer la stomie.

Pour nettoyer la partie autour de votre stomie, voici le nécessaire :



Pansement de trachéostomie (si nécessaire)



Miroir et une bonne source d'éclairage



Deux débarbouillettes propres (réservées aux soins de votre trachéostomie)



Cotons-tiges ou pinces



Eau du robinet

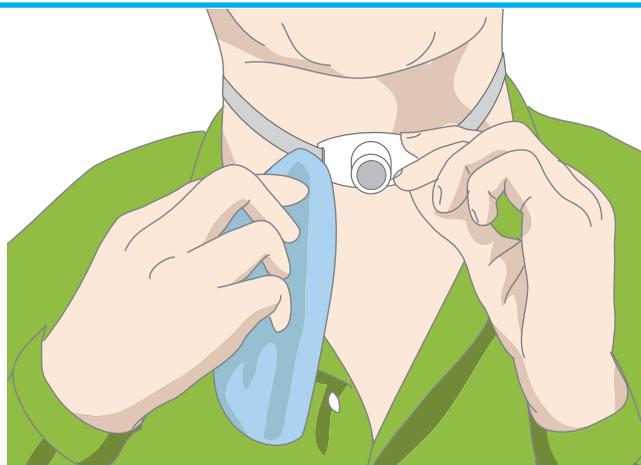
## Étapes à suivre pour nettoyer une stomie :

1. Enlever le pansement, s'il y en a un.
2. Se laver les mains.
3. Placer le matériel sur une surface propre.
4. Se mettre dans une position confortable (en position assise devant un miroir, par exemple).

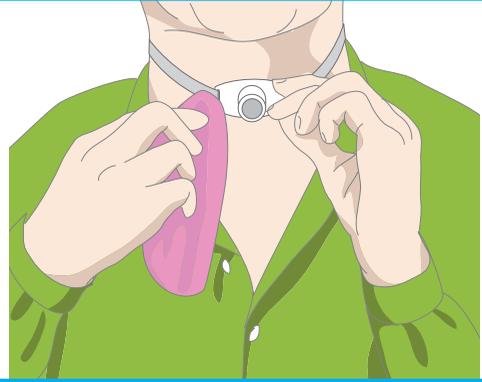


5. Mouiller l'une des débarbouillettes en la passant sous l'eau du robinet et nettoyer délicatement la canule externe et la région cutanée autour de celle-ci.

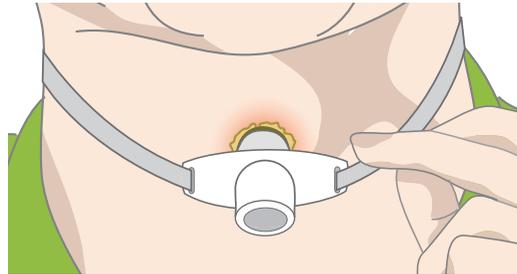
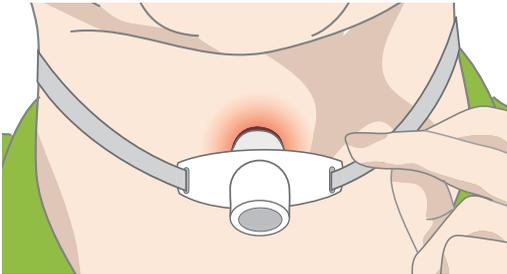
Se servir des cotons-tiges ou des pinces pour atteindre les endroits difficiles à nettoyer sous la collerette.



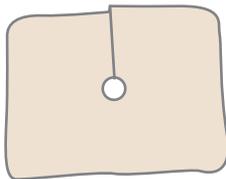
**6.** Sécher entièrement la région cutanée par tamponnements avec une débarbouillette propre et sèche.



**7.** Inspecter de près la région de la stomie. Être attentif aux signes d'infection (rougeur, œdème, douleur, odeur nauséabonde et pus au tour du site de la stomie). Si vous avez l'un de ces signes, s'il vous plaît contacter votre professionnel de la santé.



**8.** Mettre un nouveau pansement en faisant pointer ses extrémités ouvertes vers le haut, si nécessaire.



**9.** Se laver les mains.

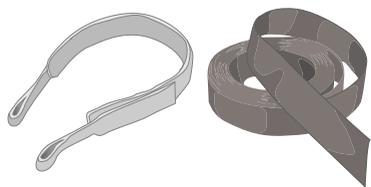


\*Notez que, de temps à autre, il pourrait y avoir un peu de sang autour de la stomie, ce qui est tout à fait normal. Cette petite quantité de sang est causée par une légère irritation de la muqueuse.

# Changer le cordon de trachéostomie

L'infirmière de votre CLSC viendra au début vous aider à changer le cordon de votre canule de trachéostomie. Il faudra ensuite le changer dès qu'il sera mouillé ou sale. Assurez-vous de tenir la canule de trachéostomie bien en place pendant le remplacement du cordon ou demandez l'aide de quelqu'un.

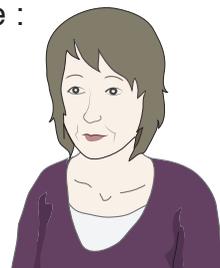
Pour changer le cordon de trachéostomie, voici le nécessaire :



Cordon de trachéostomie



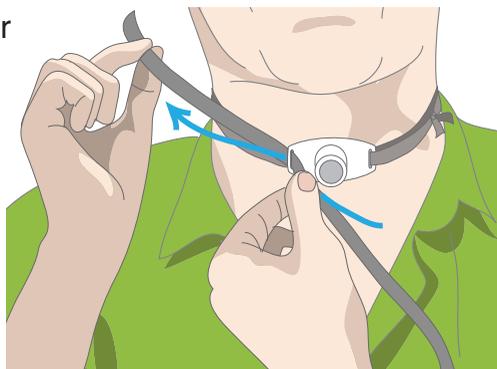
Ciseaux



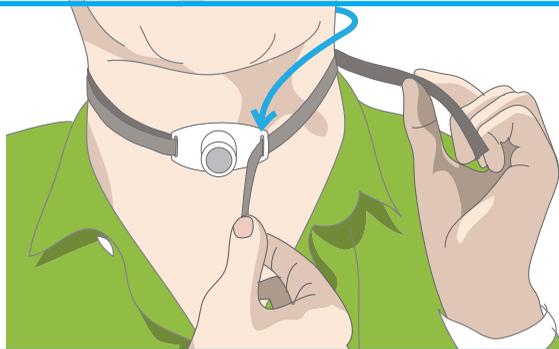
Quelqu'un pour vous aider

## Étapes à suivre pour changer le cordon de trachéostomie :

1. Couper un nouveau cordon assez long pour qu'il puisse faire deux fois le tour de votre cou.
2. Insérer une des extrémités du cordon dans l'ouverture d'un côté de la collerette.
3. Tirer les deux extrémités du cordon pour que les deux parties soient d'égale longueur.

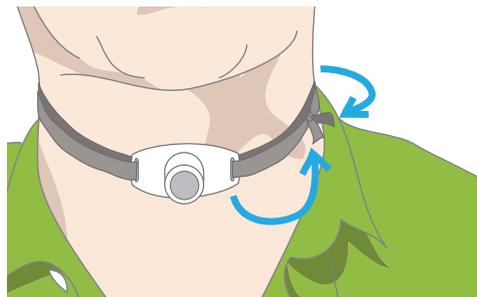


4. Passer le cordon en deux parties autour du cou et insérer la partie la plus près de la peau dans l'ouverture de l'autre côté de la collerette.

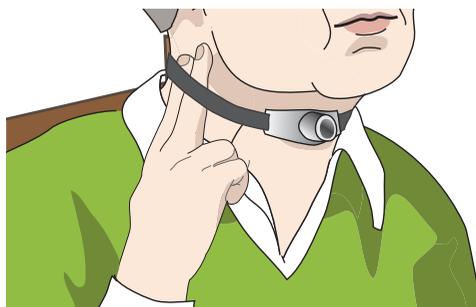


**5.** Nouer solidement les deux extrémités pour que le nœud repose sur le côté du cou.

PAS DE BOUCLE. Elle pourrait se défaire. Il faut pouvoir glisser DEUX doigts entre le cordon et le cou.



**\*\*Un cordon trop lâche peut laisser bouger la canule de trachéostomie, ce qui peut ensuite endommager la trachée.**



**6.** Couper et enlever l'ancien cordon.

Il vous faudra très certainement quelqu'un pour vous aider à tenir la canule de trachéostomie bien en place. Vous éviterez ainsi de l'expulser en toussant.

# Vivre avec une trachéostomie

---

Une trachéostomie ne vous empêche pas de mener normalement la plupart de vos activités. Que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur, peu de choses changent. Voici quelques conseils utiles.

## Humidification

Il est important de liquéfier les sécrétions autant que possible!

L'air que vous respirez pénètre directement dans la trachée, sans que votre nez ne puisse le nettoyer, le réchauffer ni l'humidifier. Par conséquent, l'air qui passe par votre canule de trachéostomie est très sec et froid et peut irriter vos voies respiratoires.

Dans de telles conditions, les sécrétions peuvent s'épaissir et être difficiles à expectorer et la respiration peut être plus pénible. L'air sec peut engendrer la formation de bouchons de mucus capables d'obstruer vos voies respiratoires. Il est donc important de liquéfier les sécrétions pour ensuite mieux les rejeter en toussant.

## Conseils pour hydrater adéquatement votre organisme :

- Portez un filtre de trachéostomie en coton (qui peut s'humidifier).



- Buvez six à huit verres de liquide par jour.



- Fermez la porte de la salle de bain, ouvrez le robinet d'eau chaude et laissez couler pour remplir la pièce de vapeur. Asseyez-vous et respirez profondément pendant 10 à 15 minutes.



- À la maison, servez-vous d'un humidificateur.
- Si possible, évitez les pièces climatisées, car elles assèchent vos sécrétions.

## Lavage des mains

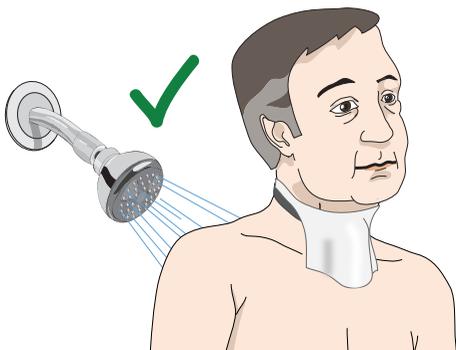
Le lavage des mains n'est pas seulement important au moment de nettoyer votre canule de trachéostomie. Prenez l'habitude de vous laver les mains régulièrement pour aussi prévenir les infections ou les maladies (voir page 12).

## Bains et douches

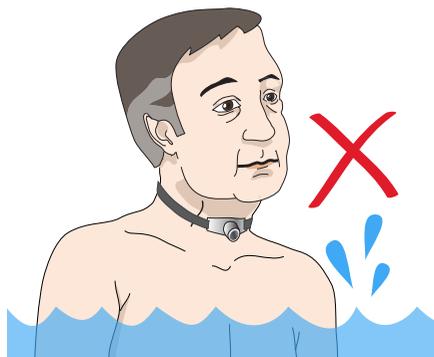
Une canule de trachéostomie ne vous empêche pas de prendre une douche ou un bain dans une baignoire peu remplie. Vous devez cependant prendre des précautions pour éviter que l'eau ne pénètre dans votre canule.

### Conseils pour empêcher l'eau de pénétrer dans votre canule de trachéostomie :

1. Avant de prendre une douche, il vaut mieux couvrir la canule de trachéostomie avec un protecteur pour la douche afin que l'eau n'entre pas dans vos voies respiratoires. Pour savoir où et comment en acheter un, consultez la section Soutien et ressources communautaires.



2. Si vous prenez une douche, dirigez la pomme de douche vers vos membres inférieurs ou tournez-lui le dos.



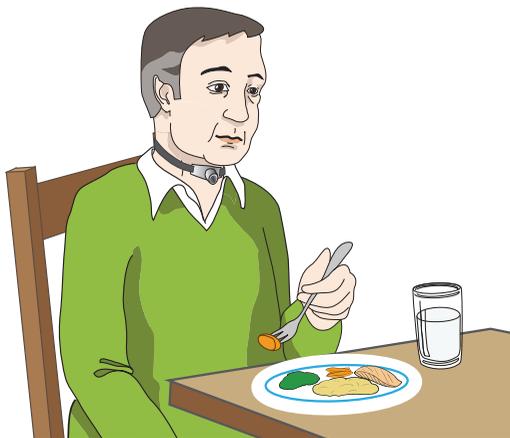
3. Évitez d'éclabousser la canule.

## Alimentation

La grande majorité des trachéostomisés parvient à avaler la nourriture et les liquides normalement, ce qui peut s'avérer plus difficile pour une minorité de personnes. Votre déglutition sera évaluée par un professionnel de la santé avant votre retour à la maison pour déterminer les types d'aliments que vous pourrez avaler sans danger.

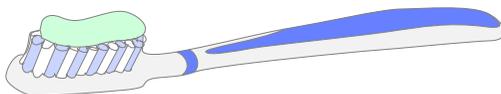
Conseils pour éviter les problèmes de déglutition :

1. Asseyez-vous bien droit pour manger.
2. Mangez lentement.
3. Mastiquez entièrement les aliments.
4. Avalez en vous concentrant.
5. Évitez les aliments avec pépins.
6. Les liquides sont souvent plus difficiles à avaler, donc évitez les pailles et buvez lentement à petites gorgées.
7. Après votre évaluation, le professionnel de la santé vous donnera d'autres suggestions et conseils plus spécifiques à vous.



## Soins de la bouche

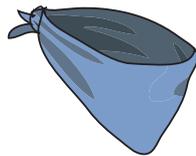
N'oubliez pas, et c'est bien important, de continuer à prendre soin de votre bouche et de votre nez, deux parties du corps qui ne sont plus humidifiées. Dites-vous qu'il est aussi plus difficile de détecter votre haleine. Continuez à vous brosser les dents et à vous nettoyer la bouche comme vous le faisiez normalement avant de porter une canule de trachéostomie.



## Tenue vestimentaire

Vous êtes libre de porter les vêtements de votre choix, pourvu que rien ne serre le cou. Évitez les tissus dont les fibres peuvent s'effiloche ou se détacher près de la canule de trachéostomie. Vous pourriez les aspirer accidentellement dans vos voies respiratoires.

Il existe des foulards et des cravates spéciales destinées aux trachéostomisés. Consultez la section Soutien et ressources communautaires pour savoir comment vous en procurer.



## Baignade

Même si la nage avec une canule de trachéostomie n'est pas du tout envisageable, vous pouvez quand même profiter d'un bon moment passé autour de la piscine. Faites extrêmement attention à proximité des plans d'eau. Si vous tombez à l'eau, il est impossible d'empêcher l'eau de pénétrer dans vos voies respiratoires par la canule de trachéostomie. Dans une telle éventualité, l'eau irait directement dans vos poumons, alors qu'elle ne doit, en aucun cas, pénétrer dans votre canule de trachéostomie.



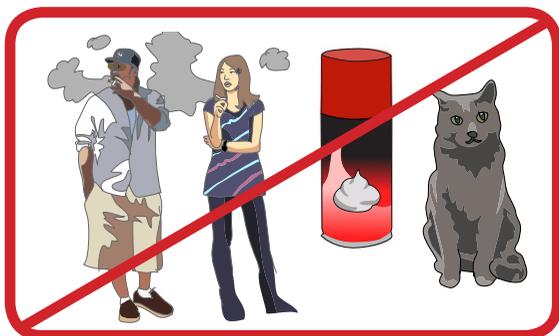
La nage est donc interdite.

## Précautions à prendre (poussière, eau, parfum, etc.)

Attention, rien ne doit s'introduire dans votre canule de trachéostomie (cotons-tiges, tissu, crème à raser, cheveux, parfum, poudre et substances pulvérisées, etc.). Essayez d'éviter les endroits où il y a beaucoup de poussière, d'émanations diverses et de fumée. Ce sont des substances pouvant irriter vos voies respiratoires.

Si vous avez un animal de compagnie qui perd ses poils, veillez à ce que son toilettage soit adéquat. Veillez aussi à passer l'aspirateur dans la maison et à épousseter les meubles. **Remarque : Si vous passez l'aspirateur ou époussetez les meubles, portez un foulard ou couvrez votre canule de trachéostomie pour protéger vos voies respiratoires.**

À l'extérieur, veillez à ce que les insectes, les feuilles, etc., ne s'introduisent pas dans votre canule de trachéostomie. En hiver, comme l'air est froid, portez une écharpe ou de quoi couvrir votre canule pour réchauffer un peu l'air.



Notez que si vous utilisez un inhalateur-doseur (AeroChamber), vous aurez besoin d'un adaptateur pour votre canule de trachéostomie.

## Maladies : rhume et grippe

Le rhume ou la grippe peuvent augmenter la quantité de sécrétions. Vous le remarquerez peut-être et c'est normal. Cela dit, si la quantité de sécrétions dépasse largement la normale, si vous avez du mal à respirer, si vos sécrétions sont verdâtres ou mal odorantes ou que votre température corporelle dépasse 38,5 °C à cause d'une fièvre, consultez votre médecin.

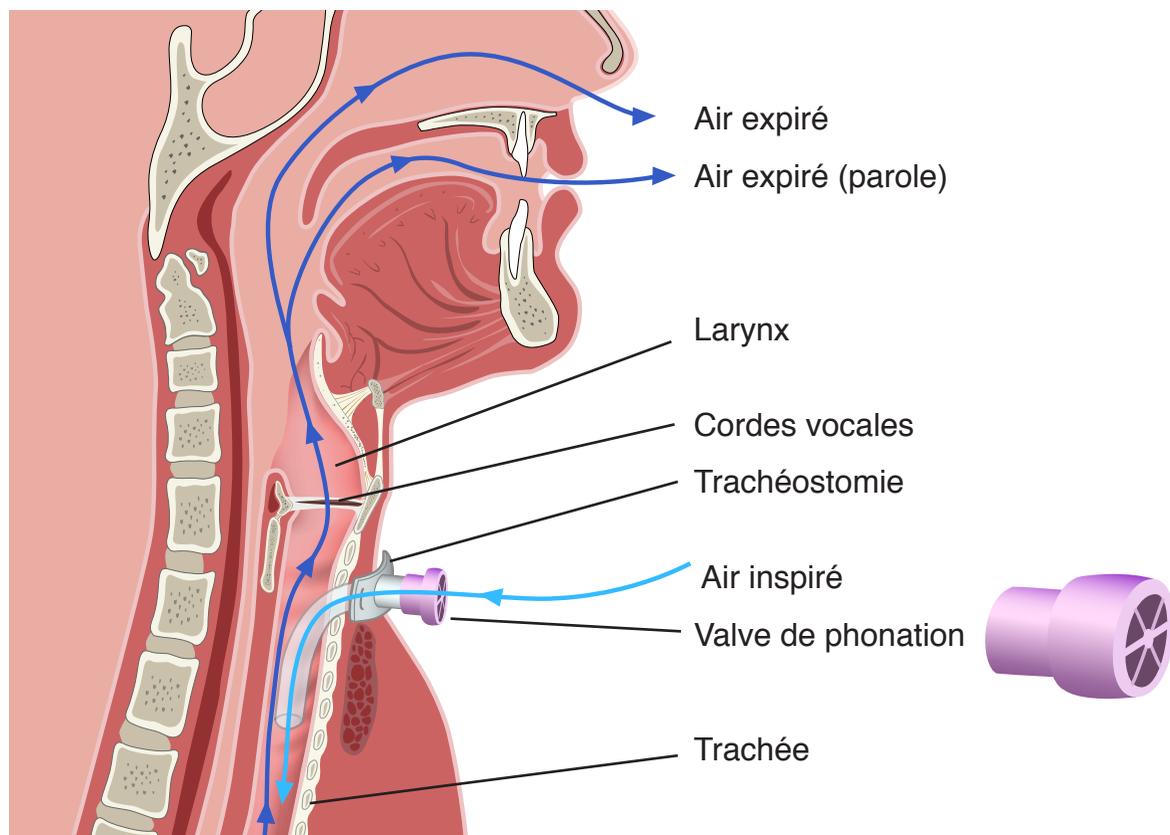
Conseils pour éviter d'attraper le rhume ou la grippe :

1. L'automne, prenez un vaccin contre la grippe et la pneumonie si vous n'y êtes pas allergique. Consultez d'abord votre médecin.
2. Évitez les endroits bondés et les personnes grippées.
3. Évitez les proches aidants grippés ou enrhumés, sinon, demandez-leur de porter un masque.



# Communication

La perte de la parole peut être aussi effrayante que frustrante. Nous tenons tous au fait de pouvoir parler. Avant votre retour à la maison, un orthophoniste évaluera vos besoins en communication.

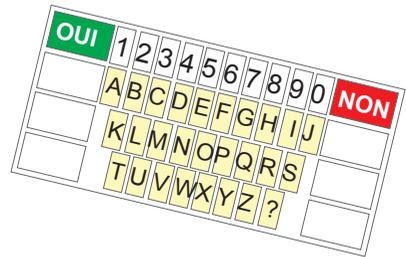
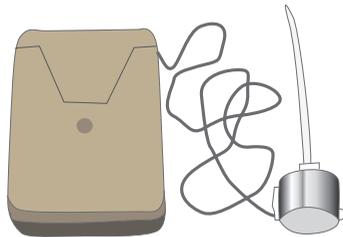


Le son de votre voix est produit par le passage de l'air provenant des poumons dans le larynx. Il est très difficile de parler lorsque votre canule de trachéostomie est ouverte, parce qu'elle se trouve plus bas que le larynx. Les patients trachéostomisés expirent l'air par la canule de trachéostomie sans qu'il ne passe par le larynx.

## Communication (suite)

Malgré une trachéostomie, il existe de nombreux moyens de retrouver l'usage de la parole en redirigeant l'air vers le larynx.

1. Une valve de phonation peut être fixée à l'extrémité de votre canule de trachéostomie.
2. Si l'utilisation d'une valve de phonation est impossible, vous pouvez boucher la canule avec votre doigt (occlusion par les doigts) pour retrouver un usage fonctionnel de la voix, à condition de respecter des règles d'hygiène adéquates.
3. Un changement du type ou de la dimension de la canule de trachéostomie peut être utile si la quantité d'air qui passe dans le larynx ne suffit pas.
4. Le recours au clavier (tablette, téléphone intelligent ou ordinateur).
5. Papier et stylo
6. Tableaux d'alphabet ou de communication
7. Larynx artificiel (Cooper-Rand)



### Si vous utilisez une valve de phonation, voici quelques conseils à suivre :

1. Nettoyez la valve tous les jours.
  - a. Mettez la valve dans de l'eau tiède savonneuse (savon sans parfum comme Ivory) et agitez.
  - b. Rincez à l'eau tiède.
  - c. Laissez sécher la valve dans un contenant découvert avant de la ranger dans un contenant fermé.
  - d. N'utilisez PAS d'eau chaude, de peroxyde, d'eau de Javel, de vinaigre, d'alcool, de brosse, ni de coton-tige.
2. Si vous utilisez un inhalateur-doseur (AeroChamber), enlevez d'abord la valve.
3. Enlevez la valve si vous avez du mal à respirer, à tousser ou à parler.
4. Demandez à votre orthophoniste de remplacer la valve si elle commence à faire du bruit (klaxon).
5. Suivez toute autre instruction que vous donnera votre orthophoniste.

# Solutions à certains problèmes. Que faire si...

---

## « J'ai du mal à respirer »

Il y a peut-être des sécrétions dans votre canule.

Étapes à suivre :

1. Le dire à quelqu'un chez vous.
2. Tousser fort pour tenter de faire remonter les sécrétions ou les aspirer vous-même.
3. Si ce qui précède ne donne aucun résultat, enlever la canule interne, la nettoyer et la réinsérer.

\*Si, après avoir suivi les étapes précédentes, vous parvenez à respirer sans difficulté, soyez attentif à ce qui suit :

-Si vos sécrétions sont épaisses, collantes ou difficiles à expectorer, voyez comment les liquéfier (se reporter à la section Humidification )

Si vous continuez à avoir du mal à respirer, contactez votre médecin ou rendez-vous à l'urgence la plus proche.

## « Je n'arrive pas à respirer par ma canule »

Une telle situation très peu probable peut être causée par le déplacement de la canule hors de sa position ou, ce qui est plus probable, par une canule obstruée après avoir expectoré des sécrétions.

Étapes à suivre :

1. Garder son calme.
2. Retirer la canule interne. Si vous arrivez alors à respirer et voyez ce qui cause l'obstruction, nettoyer la canule interne. Nous vous recommandons de suivre les étapes pour liquéfier vos sécrétions.
3. Si vous ne parvenez toujours pas à respirer après avoir sorti la canule interne, composer le 911 ou demander à quelqu'un de vous conduire à l'urgence la plus proche.

## « Ma canule de trachéostomie est entièrement sortie »

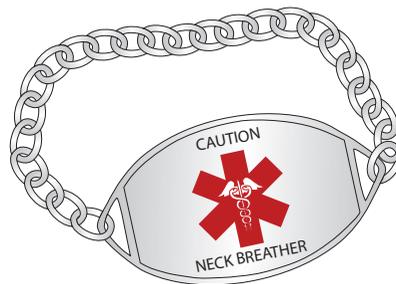
C'est une situation qui peut se produire pendant le changement du cordon ou si le cordon est trop lâche.

Voici les étapes à suivre :

1. NE PAS PANIQUER. Rester calme. Votre stomie ne se refermera pas tout de suite.
2. Pencher légèrement la tête vers l'arrière pour élargir la stomie.
3. Respirer normalement par la stomie.
4. Si c'est possible, réinsérer votre canule de trachéostomie à l'aide de l'obturateur.
5. Si vous n'y arrivez pas, composer le 911 ou demander à quelqu'un de vous conduire à l'urgence la plus proche et apporter la canule supplémentaire et tous ses accessoires.

## RCR dans le cas d'un patient trachéostomisé

Il est important pour vos proches de savoir comment procéder à une réanimation cardiorespiratoire (RCR) sur un trachéostomisé. Le bouche-à-bouche n'étant pas possible, parce que vous respirez dorénavant par votre canule de trachéostomie, la RCR doit se pratiquer par un bouche-à-stomie. Nous vous recommandons de porter un bracelet médical (Medic Alert) indiquant que vous respirez par le cou.



# Soutien et ressources communautaires

---

## Pour TOUS les trachéostomisés et les laryngectomisés :

- **Fédération Québécoise des Laryngectomisés**  
5565, rue Sherbrooke Est, Montréal (Québec) H1N 1A2  
Tél. : 514 259-5113 (appeler pour commander)

### Équipement offert

Protecteurs pour la douche à 20 \$, protecteurs de stomie (foulards et cravates) vendus de 10 \$ à 15 \$

- **Hôpital Notre-Dame** – tél. : 514 890-8000 poste : 25585  
Pour laryngectomisés : tout le matériel nécessaire  
Pour trachéostomisés : appareils de communication aux patients incapables de communiquer

- **Hôpital Masionneuve-Rosemont** – tél. : 514 252-3433

\*Pour résidents de l'île de Montréal seulement. Résidents d'ailleurs, se rendre au CLSC

### Équipement offert

Appareil de succion, cathéter d'aspiration, humidificateur à grand rendement, oxygène (si nécessaire)

## Alimentation entérale

Produits couverts par la RAMQ (si le patient n'a pas d'assurance privée) et pompe d'alimentation du fabricant désigné ci-dessous (dans le cas d'un diagnostic de cancer) :

\*\*Si nécessaire : Magasin-entrepôt de matériel médical Dufort et Lavigne – pour commander, composez le 514 527-9381 ou consultez le site au [www.dufortlavigne.com](http://www.dufortlavigne.com)

## Pour les trachéostomisés et les laryngectomisés à cause d'un cancer

- **Société canadienne du cancer** (si le matériel n'est pas fourni par un CLSC ni couvert par la RAMQ)  
Responsable du matériel  
5151, boul. de l'Assomption, Montréal (Québec) H1T 4A9  
Tél. : 514 255-5151

### Équipement offert

Filtres de trachéostomie en coton, matériel pour pansements de trachéostomie et matériel d'alimentation entérale

## Soutien supplémentaire

1. Inhalothérapeute de l'hôpital Maisonneuve-Rosemont disponible en tout temps
2. Demandes aux CLSC pour soins de trachéostomie et nutrition
3. Cancer J'écoute – soutien affectif – 1 888 939-3333
4. Cédar des cèdres-CanSupport
  - HGM : 514 934-1934, poste 42314
  - HRV : 514 843-1666

## Notes

---

---

---

---

---

---

---

---

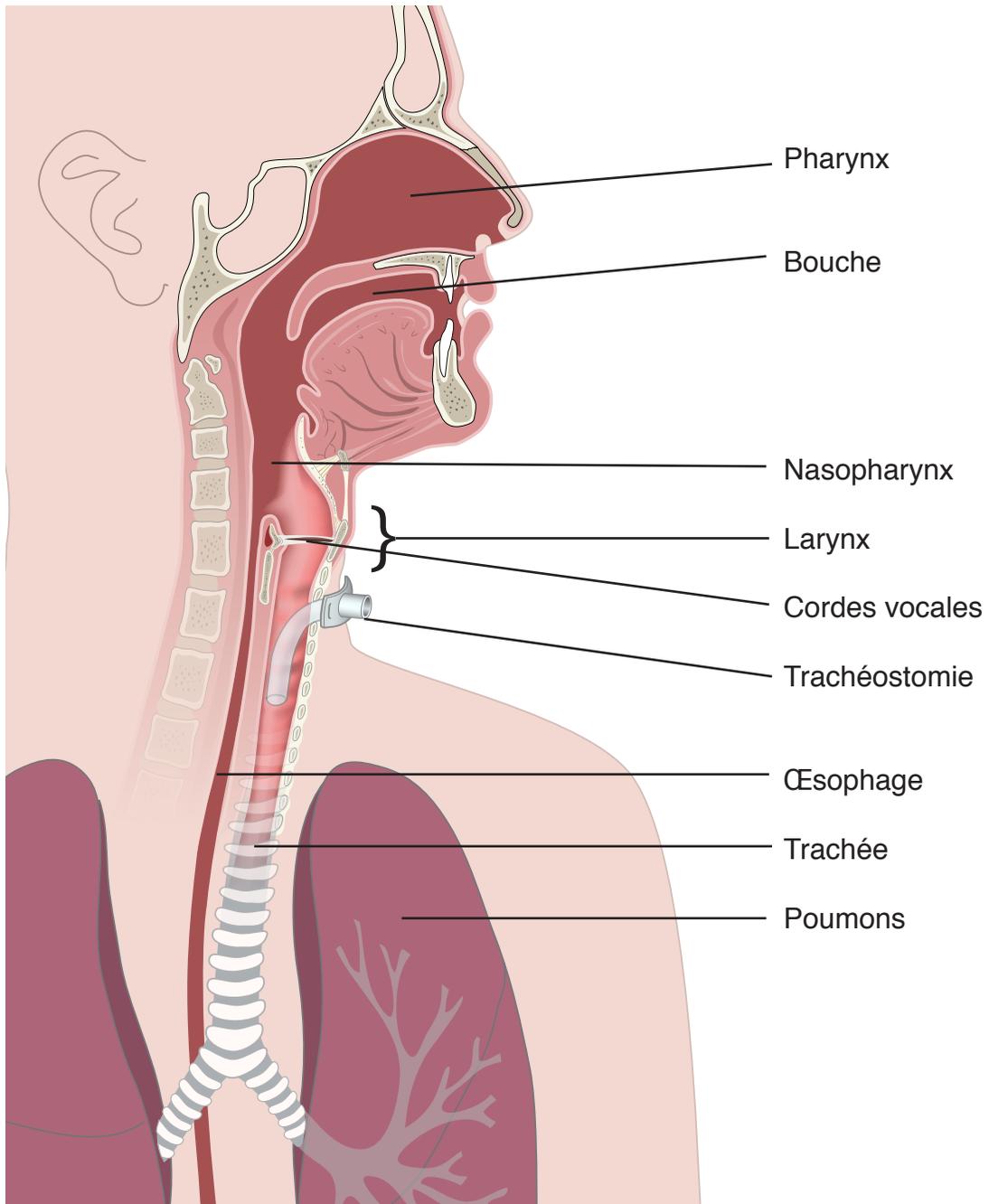
---

---

---

---

# Image de référence

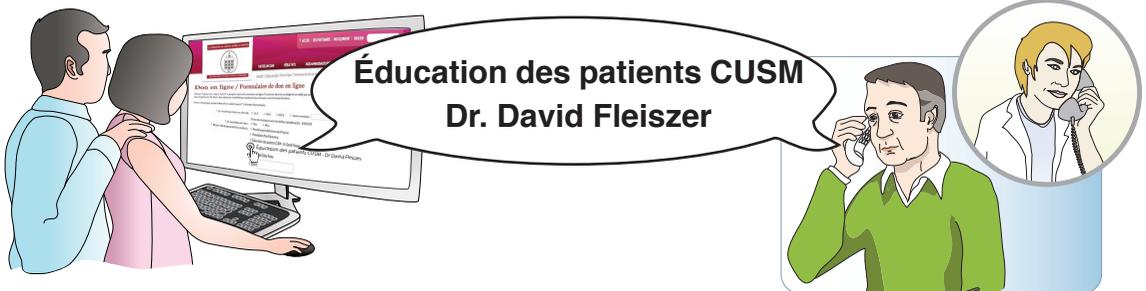


# Aidez-nous à aider les autres

Aidez-nous à soutenir l'Office d'éducation des patients du CUSM. Votre don fera une grande différence. Il nous permettra de développer de nouveaux programmes et matériels d'information sur la santé afin d'offrir les meilleurs soins pour la vie.

Tout le matériel pour les patients est disponible gratuitement sur notre site Internet pour les patients du CUSM et pour les patients et les familles de partout.

**Faites un don à la Fondation de Hôpital général de Montréal :**



**En ligne :** [fondationhgm.com](http://fondationhgm.com)

**Par téléphone :** 514-934-8230

LA FONDATION DE L'HÔPITAL GÉNÉRAL DE MONTRÉAL



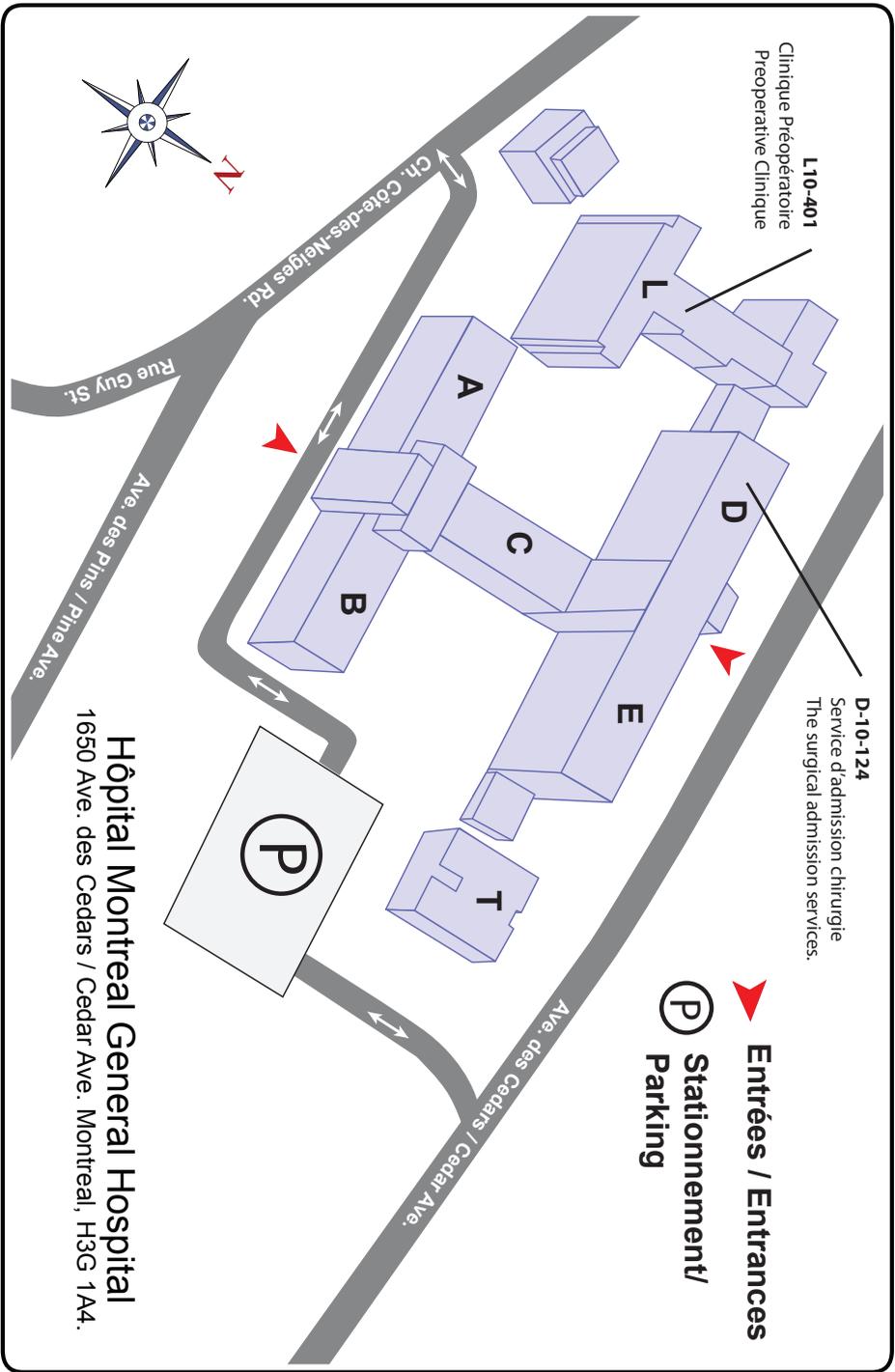
THE MONTREAL GENERAL HOSPITAL FOUNDATION



**En personne / Par courrier :** 1650, avenue Cedar, bureau E6-129  
Montréal QC, H3G 1A4

**Merci de votre soutien!**

L'Office d'éducation des patients du CUSM: [educationdespatientscusm.ca](http://educationdespatientscusm.ca)



**Hôpital Montreal General Hospital**  
1650 Ave. des Cedars / Cedar Ave. Montreal, H3G 1A4.

# Hôpital Royal Victoria au site Glen

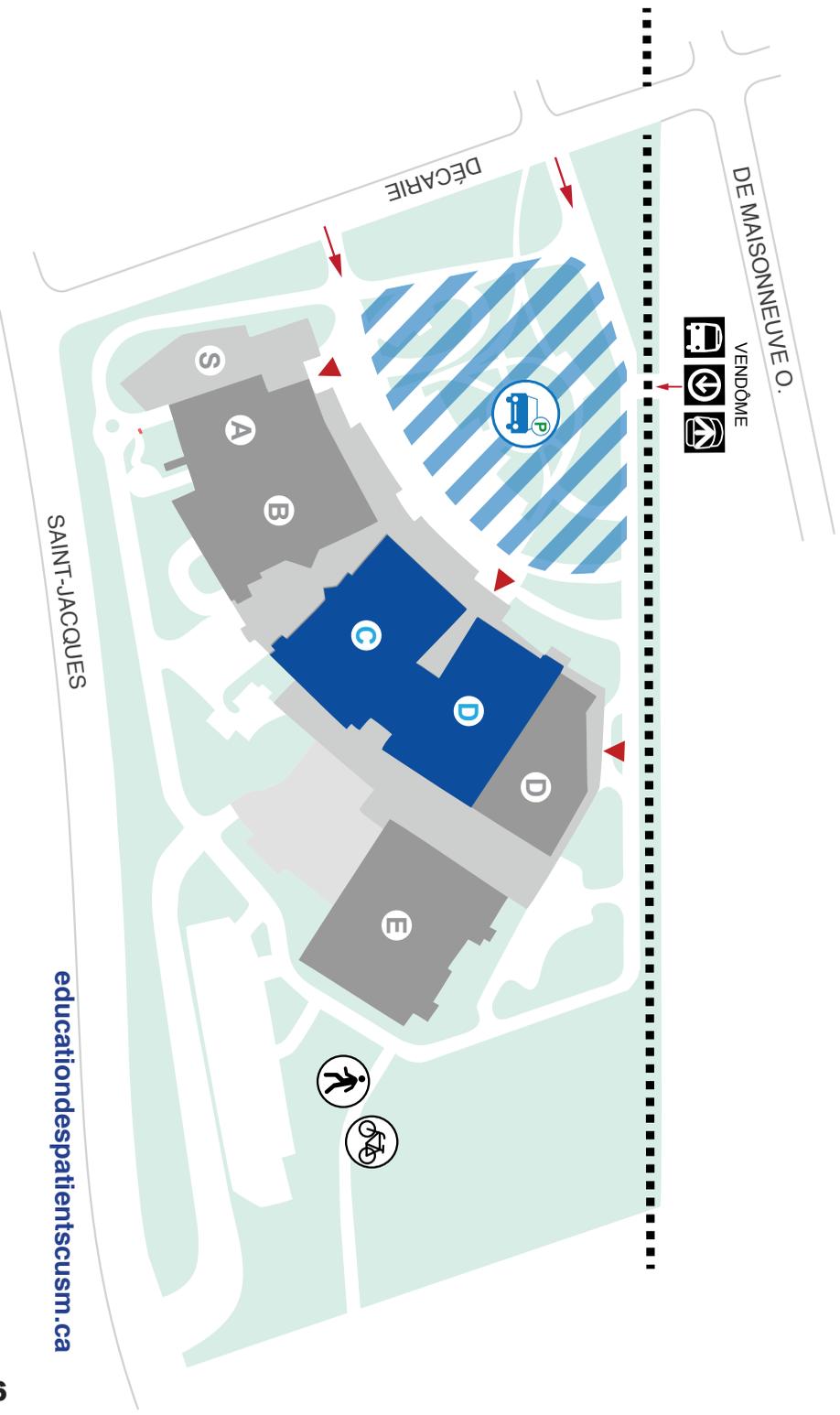
1001 boul. Décarie, Montréal QC H4A 3J1

Centre universitaire  
de santé McGill



McGill University  
Health Centre

Office d'éducation des patients  
Patient Education Office



SAINT-JACQUES

[educationdespatientscum.ca](http://educationdespatientscum.ca)