



Gestion intestinale en cas de paralysie médullaire

La fonction intestinale chez les personnes blessées médullaires

Une lésion de la moelle épinière a des effets sur la fonction intestinale. Les personnes paralysées médullaires ne ressentent pas la poussée fécale et la consistance des selles, ou seulement dans une moindre mesure. De plus, elles ne sont pas en mesure, ou de manière très limitée, de faire la différence entre l'air et les selles. La lésion empêche de contrôler correctement sphincter interne et externe.

Objectifs de la gestion intestinale

Une gestion intestinale bien réglée (régulière, fixe, complète si possible, limitée dans le temps) a des effets considérables sur la qualité de vie. La continence et l'absence de complications procurent une meilleure satisfaction dans la vie professionnelle et sociale. Le niveau de la lésion détermine habituellement le rythme de défécation : tous les deux jours si elle est au-dessus de S2, tous les jours si elle est inférieure à S2 (ou plus souvent afin de prévenir une défécation incontrôlée). Les habitudes, l'humeur et les préférences (heure pour le vidange, café, nicotine) sont aussi importantes.

Qu'est-ce qui influence la fonction intestinale ?

► Les liquides

La quantité de liquides bues peut influencer la consistance des selles et l'évacuation..

► L'alimentation

Comme pour les personnes valides, l'alimentation influence la digestion et peut donc aider en cas de troubles intestinaux. Il existe ainsi des aliments ayant un effet laxatif et d'autres favorisant la constipation. Notez les aliments consommés et leur composition, notamment la teneur en fibres et en graisses ainsi que votre rythme des repas et adaptez ces facteurs en cas de problème.

► Les médicaments

Les intestins peuvent réagir aux médicaments (p. ex. antibiotiques), à l'abus de laxatifs ou l'anesthésie.

► L'activité physique

L'activité physique peut favoriser le transit intestinal. Les personnes blessées médullaires qui se déplacent essentiellement en chaise roulante devraient percevoir un changement dans le vidage intestinal par le sport ou la physiothérapie.

► La détente

Training autogène, Feldenkrais, méditation ou encore relaxation musculaire progressive : toutes ces thérapies peuvent améliorer l'évacuation des selles en cas d'un intestin spasmodique excessivement irrité. L'air arrive aussi mieux à échapper.

► La régularité

Votre intestin aime aussi la routine : les horaires réguliers pour manger et aller à la selle peuvent avoir une influence considérable sur la défécation. En effet, une évacuation régulière évite une extension excessive de l'intestin ainsi que l'incontinence fécale. Prévoyez suffisamment de temps pour l'évacuation. Si vous le faites dans le lit, mettez-vous si possible dans position latérale gauche.

► La stimulation de l'activité intestinale

L'intestin est activé dès que les aliments atteignent l'estomac – ce réflexe est aussi présent chez les personnes blessées médullaires, ce qui est utile. Pour le déclencher, il faut boire ou manger env. 30 minutes avant les premières tentatives d'évacuation. Cela peut être une tasse de café le matin. Un massage du côlon peut également aider.

Que faire en cas d'incontinence ?

Tenez un journal et vérifiez vos activités, votre apport en aliments et liquides. Le cas échéant, il faudra adapter le rythme d'évacuation et/ou la méthode d'évacuation. Il est aussi possible de discuter l'utilisation des moyens auxiliaires (sous-vêtements spéciaux, serviettes, tampons anaux, collecteurs fécaux, etc.) avec un/e spécialiste. Après avoir vérifié tous ces facteurs, des mesures chirurgicales (SARS, neuro-modulation, stomie) peuvent également être considérées. Les spécialistes de chez ParaHelp sont à votre disposition pour vous soutenir à tous les égards.

N'hésitez pas à contacter ParaHelp dont les spécialistes se feront un plaisir de vous conseiller.

ParaHelp AG
Guido A. Zäch Strasse 1
6207 Nottwil
T +41 41 939 60 60
info@parahelp.ch

Pyramide des soins en cas de pathologie intestinale d'origine neurogène

Pour conseiller les personnes ayant une paralysie médullaire et spina bifida

Par Judith Schulthess, infirmière dipl. ES, conseillère en matière d'incontinence, de stomies et de plaies, ParaHelp

L'importance d'une bonne gestion intestinale

Une bonne gestion intestinale augmente votre bien-être physique et émotionnel, vous aide à avoir des évacuations régulières sans douleurs, prévient les constipations et les incontinenances et améliore donc votre qualité de vie.

Traitements possibles en cas de troubles intestinaux d'origine neurogène

Pour obtenir une gestion intestinale idéale afin d'éviter les complications d'ordre neurogène, il existe un ensemble de méthodes de traitement, conservatrices et aussi chirurgicales.

La pyramide ci-après montre les différents traitements en ordre croissant⁽⁴⁾.



Sources:

¹ Dossier d'éducation pour patients « Vivre avec une lésion de la moelle épinière », CSP Nottwil, 1re édition 2017

² « Neurogene Darmfunktionsstörung bei Querschnittlähmung », Arbeitskreis Darmmanagement Querschnittgelähmter, 2011

³ « Ernährung und Verdauung Querschnittgelähmter, Manfred-Sauer-Stiftung, 2015

⁴ https://www.coloplast.ch/kontinenzversorgung/anwender/leben-mit-darmschwache/#section=Versorgen-Sie-Ihren-Darm_254277