

Un peu de technique



## Comment pousser un fauteuil roulant

Ines Bersch, physiothérapeute,  
et Markus Williner

Environ 27 000 personnes en Suisse utilisent un fauteuil roulant, selon les estimations de Marc Zumbühl de Pro Infirmis. L'Organisation mondiale de la santé considère que, dans chaque pays, 8 pour cent de la population souffre d'un handicap. En Suisse, cela représente entre 500 000 et 600 000 personnes. « Et l'on estime que 5 pour cent d'entre elles se déplacent en fauteuil roulant, dont la moitié pour des raisons liées au vieillissement », explique Marc Zumbühl. L'accompagnement d'une personne en fauteuil ne s'improvise pas. Voici donc quelques conseils pratiques tirés de la brochure de la Croix-Rouge suisse, « Comment pousser un fauteuil roulant ». L'Association suisse des paraplégiques dispose également des publications de ce type.

Source : « Comment pousser un fauteuil roulant »,  
CRS/Ines Bersch, physiothérapeute au Centre  
pour paraplégiques à Nottwil



### Conseils pratiques

« Avant toute chose, considérez la personne handicapée comme votre partenaire », peut-on lire dans le dépliant produit par la Croix-Rouge suisse. Et n'oubliez pas que plus votre aide sera spontanée, plus elle sera facile à accepter.

Vu la grande variété de fauteuils roulants, il faut toujours se familiariser avec les particularités du modèle utilisé. Demandez simplement des explications à son propriétaire. Et lorsque vous accompagnez une personne en fauteuil, rappelez-vous que son angle de vision est différent. Assurez-vous donc qu'elle puisse voir ce que vous voulez lui montrer.

Autre conseil pratique : si vous vous arrêtez pour vous entretenir avec une tierce personne, placez la chaise de manière à ce que son occupant puisse participer à la conversation sans tourner la tête. Et si un enfant veut satisfaire sa curiosité naturelle ? Alors donnez à la personne en fauteuil l'occasion de s'entretenir avec lui. L'enfant restera ainsi décontracté face à ceux qui sont « différents ».

### Descendre un escalier

Pour cette manœuvre, il faut être deux. La personne qui tient les poignées procède de la même façon que pour descendre du trottoir. Après chaque marche, elle tire le fauteuil vers l'arrière, contre l'escalier, le temps de poser son pied sur la marche suivante et de retrouver son équilibre.

L'autre personne se tient devant la chaise roulante, qu'elle saisit sous les accoudoirs, en tenant les tubes du cadre. Elle descend à reculons en faisant contre-poids au fauteuil. Elle doit aussi reprendre son équilibre à chaque marche. Pour ne pas être gênée par les repose-pied, elle doit marcher les jambes écartées.

Vous pouvez aussi descendre un escalier seul, avec ou sans l'aide de la personne handicapée. Dans ce cas, vous devez descendre à reculons pour limiter les risques lors d'une perte d'équilibre.



### Monter sur un trottoir

- ▶ Approchez l'avant du fauteuil de la marche.
- ▶ Basculez-le sur les roues arrière et poussez-le jusqu'à ce que les petites roues reposent sur le trottoir ou la marche.
- ▶ Faites monter le fauteuil en le tenant par les poignées, jusqu'à ce que les grandes roues aient également franchi l'obstacle.

Lors de cette manœuvre, vous devrez éventuellement soutenir la tête de la personne handicapée avec votre corps.

### Descendre du trottoir

- ▶ Poussez le fauteuil en avant jusqu'au bord de la marche.
- ▶ Basculez-le légèrement en arrière en posant un pied sur l'une des barres horizontales (entre les roues) et en appuyant simultanément sur les poignées.
- ▶ Faites descendre le fauteuil lentement en utilisant les grandes roues. La manœuvre est terminée lorsque les petites roues reposent à nouveau sur le sol.

Photos: Annemarie Gauris



### Monter un escalier

Pour cette manœuvre, demandez l'aide d'une personne. Tirez le fauteuil en arrière jusqu'à ce que les grandes roues touchent la première marche. Basculez-le légèrement en arrière (roues avant en l'air) et hissez-le prudemment sur la première marche. La deuxième personne saisit les tubes du cadre près des roues de direction et pousse la chaise vers le haut. Les deux aides doivent retrouver leur équilibre à chaque marche avant de continuer la montée.

D'une manière générale, veillez à

- ▶ bloquer le fauteuil à chaque arrêt et transfert
- ▶ saisir le fauteuil roulant par des éléments fixes lorsque vous le soulevez, jamais par les repose-pied ou les accoudoirs
- ▶ vérifier, avant de franchir un obstacle, si le fauteuil roulant est équipé de poignées ou d'un dossier réglables. Si c'est le cas, les bloquer avant la manœuvre, pour écarter tout risque d'accident

### Aider une personne à se lever et s'asseoir

- ▶ Bloquez les roues du fauteuil
- ▶ Placez les pieds de la personne handicapée par terre
- ▶ Rabattez les repose-pied
- ▶ Enlevez toutes les parties amovibles sur le côté où se fait le transfert

Il existe un tour de main applicable dans la plupart des cas :

- ▶ La personne assise dans la chaise roulante place ses jambes de manière qu'elles forment un angle de moins de 90 degrés. Placez-vous devant le fauteuil, de manière à appuyer vos genoux contre les siens. Baissez-vous en gardant le dos droit, les bras de la personne handicapée par-dessus votre épaule.
- ▶ Joignez vos mains dans son dos à hauteur de la taille, vos bras appuyant légèrement sur les côtes. Mettez-vous d'accord avec elle, comptez jusqu'à trois et redressez-vous, avec un certain élan, en déplaçant votre poids vers l'arrière.

- ▶ Si vous maintenez les genoux, le dos et les bras, vous relevez automatiquement la personne assise dans le fauteuil. Peut-être vous faudra-t-il, pour l'aider à redresser les hanches, la soutenir un peu plus bas dans le dos. Lorsqu'elle aura atteint la station debout, ne relâchez votre prise que très lentement, en vous assurant qu'elle est en équilibre.