

# La maladie falciforme

## Comment éviter les plaies



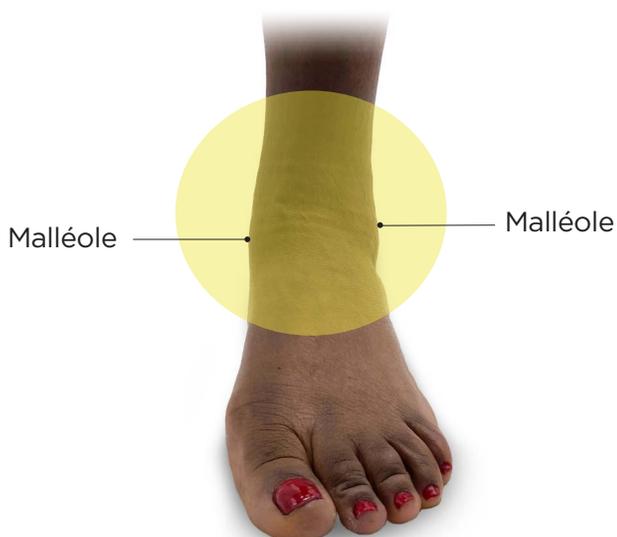
La maladie falciforme (drépanocytose) peut créer des plaies sur la peau. Cette fiche vous explique comment les éviter et quels signes vous devez surveiller.

### Pourquoi suis-je à risque d'avoir des plaies ?

La maladie falciforme empêche le sang de bien circuler dans les vaisseaux sanguins. Voir la fiche santé [La maladie falciforme - Connaître et comprendre la maladie.](#)

Cela peut causer sur la peau des plaies appelées ulcères hémoglobinopathiques. Ces ulcères se forment le plus souvent là où la peau est plus mince et où le sang circule moins, surtout sur les jambes. Ils sont plus fréquents sur la cheville, notamment autour des bosses de chaque côté de celle-ci, appelées malléoles.

#### Zone où les plaies sont les plus fréquentes



### À quoi ressemblent ces plaies ?

En général, elles sont rondes avec des contours bien définis. Elles font souvent très mal, parce que la peau reste ouverte. Les tissus sont ainsi à vif et enflés dans la plaie et autour d'elle.

Ces plaies peuvent apparaître de façon soudaine ou après une blessure.

### Peut-il y avoir des complications ?

Oui, voici les principales.

- Infection qui atteint les tissus plus profonds ou le sang.
- Douleur qui dure.
- Raideur de l'articulation près de la plaie.
- Peau qui peut s'abîmer facilement là où il y a des cicatrices laissées par les plaies.
- Risque qu'une autre plaie se forme dans le futur.
- Enflure des jambes à long terme.

Pour éviter ces complications, **il faut soigner les plaies le plus vite possible.**

## Comment soigner une plaie ?



Pour guérir plus vite et de manière efficace, suivez bien les instructions qu'on vous donne. Une fiche explique aussi comment faire. Voir la fiche santé [La maladie falciforme - Comment prendre soin d'une plaie.](#)

## Comment prévenir les plaies ?

Le plus important est de bien traiter votre maladie. Vous devez bien prendre vos médicaments ou faire vos échanges de globules rouges.

Avoir et garder une bonne hygiène de vie aide aussi. Pour cela :

- Faites une activité physique au moins 3 fois par semaine.
- Mangez de façon saine pour garder un poids santé.
- Buvez de l'eau selon les quantités qu'on vous a dites.
- Ne prenez pas trop d'alcool et de tabac. Évitez les drogues.
- Faites le dépistage d'autres maladies chroniques avec votre médecin de famille.



De plus, suivez les conseils suivants :

- Surveillez bien l'état de votre peau, surtout sur les jambes.
- Mettez souvent de la crème hydratante pour garder une peau saine et bien hydratée.
- Portez des bas de compression (bas-supports) si votre équipe de soins vous l'a conseillé ou si vous travaillez debout.
- Évitez de vous blesser aux jambes. Si vous faites un sport de contact, portez des protège-tibias.
- Portez des souliers confortables.
- Évitez le plus possible les piqûres d'insectes.

## Quels signes dois-je surveiller ?

Appelez votre équipe de soins si :

- Un endroit de votre peau se décolore ou noircit.
- Vos jambes ou vos chevilles enflent.
- Une zone du bas de votre jambe vous fait mal, autour de la cheville ou du pied.



## Qui appeler si j'ai besoin d'aide ou pour poser des questions ?

Vous pouvez appeler un membre de votre équipe de soins ou votre infirmière de suivi systématique.

Tél. : .....

En dehors des heures d'ouverture, pour tout souci de santé lié à votre maladie falciforme, appelez la ligne Santé Patient CHUM.



### LIGNE SANTÉ PATIENT CHUM

**514 890-8086**

**24 heures sur 24, 7 jours sur 7**

Vous êtes un patient du CHUM ?

Vous avez des questions sur votre état de santé ? Une infirmière peut vous aider.



### RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site [chumontreal.qc.ca/fiches-sante](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)

*Le contenu de ce document ne remplace en aucun cas les conseils de votre professionnel de la santé.*

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal [chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)