

Aménagement de la salle de bains



Par Aline Chenu,
ergothérapeute
au CHI de Poissy
Saint Germain-en-Laye

Des rénovations dans la salle de bain doivent conserver votre autonomie le plus longtemps possible. Les aménagements doivent être adaptables selon les troubles d'équilibre et de coordination et le niveau de fatigabilité.

Côté accessibilité

Le passage de porte doit être large (90 cm) permettant le passage avec une aide technique à la marche ou un fauteuil roulant manuel. La porte doit être facile à ouvrir (porte coulissante ou porte avec longue poignée). L'espace de circulation doit être libéré de tout obstacle et permettre de pivoter aisément avec une aide technique de marche ou un fauteuil roulant.


Côté baignoire

L'adaptation doit permettre de faciliter l'accès, le maintien, la sortie ainsi que de ne pas glisser devant et dans la baignoire. Afin de continuer à utiliser votre baignoire en toute sécurité et de façon le plus autonome possible, il est indispensable de prévoir :

- Des barres d'appui selon les besoins et les capacités (de 8,50 € à 74,50 €) 
- Si le support ne le permet pas, vous pouvez disposer d'une barre d'appui fixée par ventouses (de 19,95 € à 175 € pour une barre de 30 cm) 
- Un tapis antidérapant au fond de la baignoire 
- Un tapis antidérapant à la sortie du bain 
- Une planche de bain destinée à faciliter l'enjambement du rebord de baignoire et à prendre une douche en position assise (de 29,00 € à 56,50 €) 
- Ou un siège de bain pivotant pour un meilleur maintien assis (de 139 € à 425 €) 
- Éventuellement, un siège de bain élévateur pour prendre un bain et conserver ce moment de plaisir et de détente avec peu d'effort (de 619 € à 759 €)
- Une douchette et flexible positionnés à 110 cm de hauteur
- Une robinetterie avec manette de préhension aisée (mitigeur) à proximité

Côté douche

Vous pouvez aménager votre douche en installant :

- Des barres d'appui vous aidant lors du maintien en position debout et lors des transferts
- Une chaise ou un siège de douche mural pour prendre une douche en toute sécurité et avec moins de fatigue (de 99 € à 219 € pour la chaise, de 95 € à 229 € pour le siège mural escamotable, et jusqu'à 265 € avec dossier et accoudoirs) 
- Une douchette et flexible positionnés à 110 cm de hauteur
- Une robinetterie avec manette de préhension aisée (mitigeur)

Si l'architecture le permet, préférez la douche à l'italienne, dont le bac receveur est intégré au plancher de votre salle de bain, de façon à être de plain-pied. Mais attention, des travaux peuvent être à prévoir pour loger le système d'évacuation dans le sol ou surélever l'ensemble du plancher de la salle de bain pour tout mettre à niveau.

Côté lavabo

Il doit avoir les caractéristiques suivantes :

- Accessible en position assise (sans meuble pouvant gêner le passage des membres inférieurs)
- Robinetterie d'utilisation aisée (mitigeur avec manette de préhension aisée)
- Miroir utilisable assis
- Barre d'appui pour vous aider au maintien debout

Il n'existe pas "d'aménagement-type" valable pour toute personne en situation de handicap confrontée à des difficultés pour la réalisation de la toilette. Les adaptations du domicile se doivent d'être étroitement personnalisées en fonction du type et de l'importance des incapacités, des contraintes environnementales, de la disponibilité de moyens humains d'assistance et surtout, des priorités propres à chaque personne.

Aussi les précisions que nous vous donnons n'ont qu'une valeur indicative. Elles ont néanmoins la valeur de repères utiles, qu'il convient à l'évidence d'adapter en fonction des données de chaque situation individuelle.

