

Bien se positionner pour prélever en toute sécurité



Christiane Gambin
cgambin@asstsas.qc.ca



Lisa Labrecque
llabrecque@asstsas.qc.ca

Pour prélever un échantillon sanguin, la préleveuse¹ doit développer des moyens pour rassurer la clientèle et obtenir sa collaboration. L'objectif ultime ? Trouver la veine et procéder avec le plus de douceur possible. Cet acte exige doigté et finesse. Pour ce faire, la préleveuse adopte souvent des postures contraignantes et statiques qui peuvent contribuer à l'apparition de troubles musculosquelettiques (TMS).

Pour pallier certaines contraintes posturales, voici des recommandations. Nous vous les présentons sous forme de constats et de pistes de solution basés sur plusieurs observations réalisées dans des centres de prélèvement du CISSS de la Montérégie-Centre.

La position du client et de la préleveuse

CONSTAT

Le client inquiet se positionne toujours loin de la préleveuse, obligeant bien souvent celle-ci à fléchir le tronc ou à avoir les bras en flexion vers l'avant pour atteindre la zone de ponction. La profondeur du comptoir peut aussi contribuer aux postures de travail contraignantes.

PISTES DE SOLUTION

La profondeur de la surface de travail entre le client et la préleveuse permet de limiter la flexion du tronc. Une profondeur d'environ 38 cm à 45 cm (15 à 18 po) donne un espace pour le bras du client et pour déposer les accessoires utiles au prélèvement dans la zone de portée de bras.

Pour éviter des conflits de jambes entre les deux personnes, le client doit se rapprocher de la table et placer idéalement sa chaise de biais à la préleveuse. Ainsi, son bras se trouve directement devant la préleveuse qui peut adopter plus facilement des positions sécuritaires.

La position des accessoires

CONSTAT

Les objets fréquemment utilisés, comme le scan, la souris et le matériel de prélèvement se retrouvent souvent hors de la zone de portée de bras.

PISTES DE SOLUTION

Placer le matériel utile dans sa zone de portée de bras permet d'adopter des postures neutres. Il est recommandé de se réapprovisionner en cours de journée en tubes de prélèvement, aiguilles ou barillets pour garder ce matériel le plus près de soi.



Si la cliente s'assoit face au poste, cela peut engendrer des postures de torsion du tronc et d'élévation des bras pour la préleveuse

Abaisser le scan pour limiter les élévations des bras, encastrer les contenants de déchets biomédicaux ou les placer à une hauteur réduisant les postures contraignantes. Plus ce matériel est bas, plus c'est gagnant !

Prendre des appuis dès que possible

CONSTAT

Lors du prélèvement, la préleveuse peut se retrouver avec le bras en abduction pendant une période assez longue.

PISTES DE SOLUTION

Limiter le temps où le bras est dans cette position. Lors de l'insertion de l'aiguille, les options pour réduire les contraintes sont restreintes, mais après ce geste il est possible d'abaisser le coude pour réduire la tension pouvant être présente dans le haut du dos et dans les bras. Dans tous les cas, prendre appui demeure avantageux.



Pour réduire les contraintes au niveau du bras, s'appuyer pour soulager les tensions dans l'épaule ou le haut du dos

Trouver la bonne chaise

CONSTAT

Des chaises de bureau standards ne sont pas adaptées à la tâche. Bien souvent la préleveuse s'assoit sur le bout de la chaise, se retrouvant ainsi le dos sans appui.

PISTES DE SOLUTION

Pour se rapprocher du client et conserver l'appui au dossier, une chaise de petite dimension est une option à considérer. Le dos est ainsi supporté.



Lorsque la chaise de la cliente est placée de biais, il est possible d'adopter une position du tronc plus neutre



Un aménagement de poste en « U » offre l'avantage de pouvoir placer le matériel utile dans la zone de portée de bras

Des essais d'une chaise-selle ont conduit à des résultats intéressants. La position adoptée avec une chaise-selle permet un angle plus ouvert (120 degrés) au niveau des hanches. Ce positionnement favorise le maintien d'une position naturelle du bassin, tout en contribuant à l'alignement du dos, des épaules et du cou. Ainsi, il y a moins d'inconfort au niveau du bas du dos. La compression des jambes sur le rebord de l'assise est diminuée et les pieds étant en appui au sol, les déplacements deviennent plus faciles.

Une formation en développement

L'ASSTSAS développe actuellement, en collaboration avec le CISSS de la Montérégie-Centre, une formation sur les postures de travail sécuritaires à adopter pour réduire les TMS. Cette formation comportera un volet théorique et un volet pratique. Restez à l'affût pour en connaître davantage ! ■

RÉFÉRENCE

1. Terme qui désigne la professionnelle de la santé qui pratique le prélèvement sanguin.

REMERCIEMENTS

Merci aux équipes des centres de prélèvement ainsi qu'à l'équipe du service de prévention, promotion et mieux-être au travail du CISSS de la Montérégie-Centre pour avoir participé à cette activité. Un merci tout particulier à Valérie Nepton et Annie Bouffard du CLSC Samuel-de-Champlain pour leur participation aux photos.