

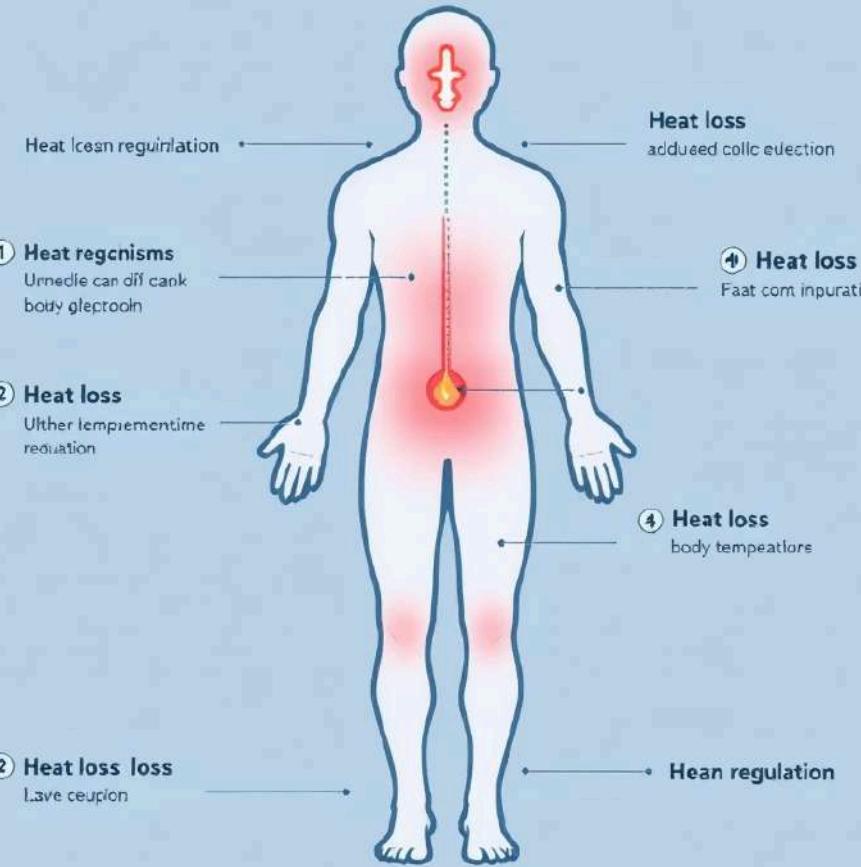
Hypothermie : Diagnostic Infirmier & Plan de Soins

Guide complet pour élaborer un plan de soins infirmiers adapté aux patients souffrant d'hypothermie et de blessures liées au froid.



Heat loss mechanism

During the time when the body is exposed to cold, heat loss occurs through various mechanisms:



Comprendre l'Hypothermie

Température Normale

37°C (98,6°F) - température corporelle normale

Seuil d'Hypothermie

Moins de 35°C (95°F) - défaillance de la thermorégulation

Mécanismes de Perte

Convection, conduction, rayonnement et évaporation

L'hypothermie survient quand le corps ne produit pas assez de chaleur pour maintenir ses fonctions vitales, pouvant affecter cœur, système nerveux et autres organes.

Facteurs de Risque Majeurs



Exposition au Froid

Températures extrêmes et exposition prolongée dépassant la capacité de production de chaleur corporelle.



Vêtements Inadéquats

Isolation insuffisante augmentant la perte de chaleur corporelle et les risques de dommages.



Immersion Froide

L'eau conduit la chaleur 25 fois plus vite que l'air, provoquant une hypothermie rapide.



Haute Altitude

Air froid et moins dense réduisant la capacité de régulation thermique du corps.

Diagnostics Infirmiers Prioritaires

01

Hypothermie

Liée à l'exposition au froid. Signes : température centrale basse (34°C), frissons, peau pâle et froide.

02

Risque d'Altération Cutanée

Exposition prolongée au froid. Signes : peau pâle, froide, risque de lésions tissulaires.

03

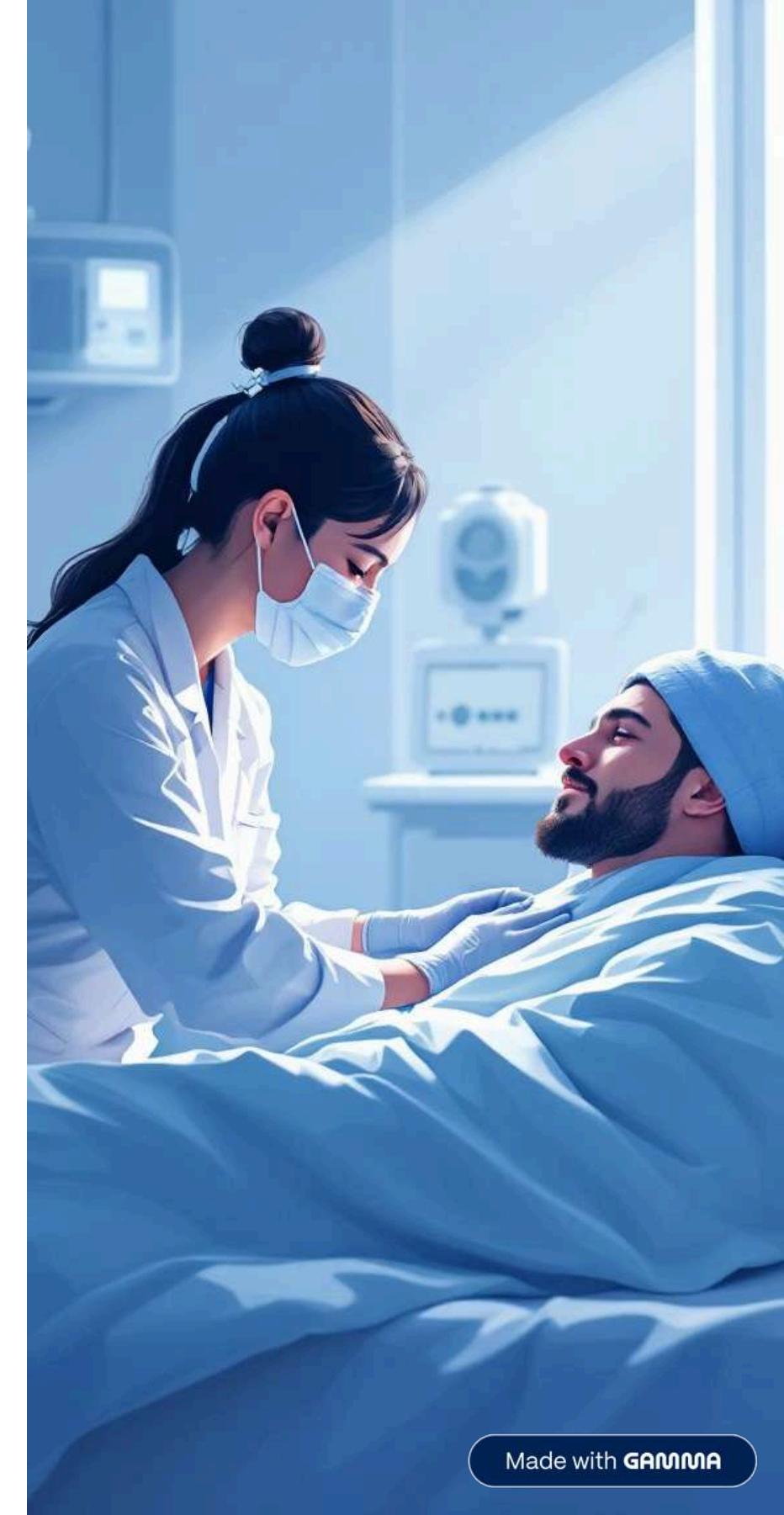
Perfusion Périphérique Inefficace

Vasoconstriction induite par le froid. Signes : remplissage capillaire lent, cyanose des extrémités.

04

Confusion Aiguë

Baisse de température centrale. Signes : désorientation, réflexes ralentis, mauvais jugement.



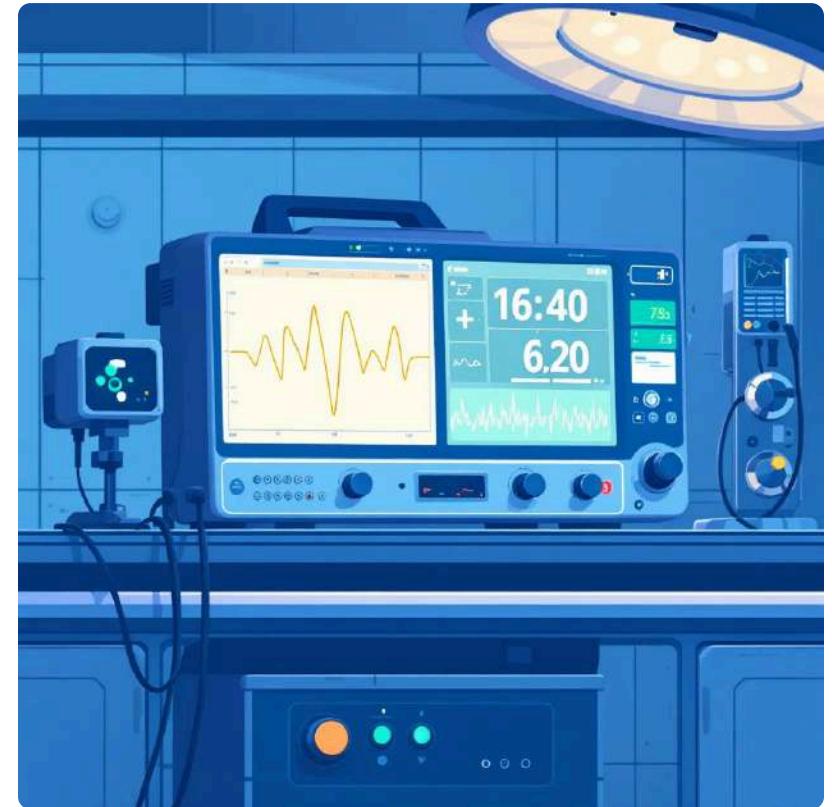
Évaluation Infirmière Complète

Paramètres Vitaux

- Température centrale (buccale si patient alerte)
- Fréquence cardiaque et rythme
- Pression artérielle
- Saturation en oxygène

État Physique

- Perfusion périphérique
- État de la peau
- Présence d'engelures
- Niveau de conscience



Surveillance continue des paramètres cardiovasculaires essentiels pour détecter bradycardie et arythmies.

Points Clés de Surveillance

Facteurs Déclenchants

Identifier les causes pour orienter le traitement. Attention particulière aux personnes âgées.

Usage de Substances

Antipsychotiques, opioïdes, alcool favorisent la vasodilatation et la perte de chaleur.

État Nutritionnel

Alimentation insuffisante réduit les réserves énergétiques pour la production de chaleur.

Équilibre Hydrique

Surveiller débit urinaire et éviter la surcharge pour prévenir l'œdème pulmonaire.

Interventions de Réchauffement



Réchauffement Progressif

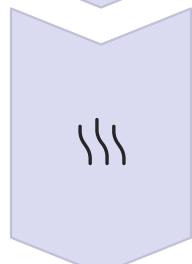
Augmentation de quelques degrés par heure seulement.

Réchauffement trop rapide = risque de fibrillation ventriculaire.



Méthodes Passives

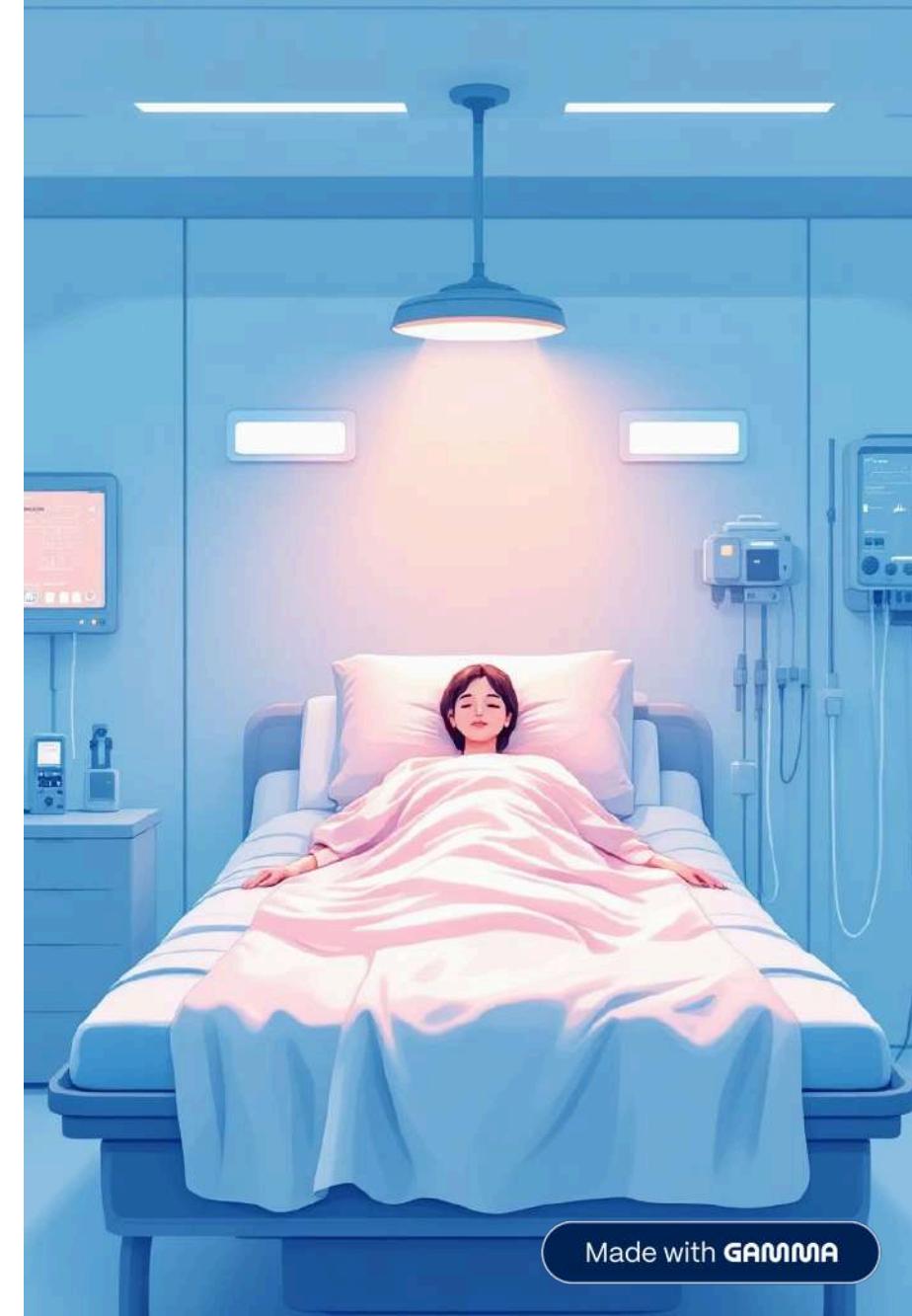
Couvertures chaudes, vêtements secs, environnement tempéré. Maintenir le patient au sec.



Sources de Chaleur Active

Lampes chauffantes, matelas chauffants, oxygène réchauffé.

Indication : température < 30°C.



Soins Spécialisés et Précautions

Liquides Chauds

Thé, soupe, boissons chaudes pour patients alertes. Source de chaleur interne efficace.

Oxygénothérapie

Maintenir oxygénation adéquate, limiter complications, soutenir fonctions vitales.

Précautions Engelures

ÉVITER de frotter ou masser les zones atteintes - risque de lésions irréversibles.

Communication

Expliquer procédures au patient et famille. Répéter si nécessaire.





Surveillance des Complications

30°C

Seuil Critique

Température nécessitant réchauffement actif immédiat

2-4°C

Réchauffement

Augmentation maximale par heure recommandée

24h

Surveillance

Durée minimale de monitoring post-réchauffement

Attention aux signes de vasodilatation : hypotension, acidose métabolique, arythmies. La surveillance continue des paramètres cardiovasculaires reste essentielle.



Conclusion : Excellence des Soins



Évaluation Précise

Diagnostic ciblé et surveillance continue des paramètres vitaux



Interventions Progressives

Réchauffement contrôlé et prévention des complications



Accompagnement Humain

Soutien patient et famille dans cette épreuve critique

L'alliance entre connaissances scientifiques, observation clinique et accompagnement humain constitue la clé d'une prise en charge efficace et d'un retour à l'équilibre vital.