



les soignants et le travail de nuit

Le corps humain est programmé pour dormir la nuit et être mobile le jour. Afin d'assurer la continuité des soins, le travail de nuit représente une spécificité du cadre hospitalier. Silence, solitude, bruits amplifiés... génèrent de l'anxiété chez le patient la nuit. Les soignants discrets doivent répondre rapidement à l'agitation, aux cris, à l'appel sans réveiller l'unité endormie. La fin de nuit en particulier est un moment difficile. Tous les soignants le savent. La douleur, l'anxiété, la complexité des pathologies exigent des soignants des responsabilités accrues, en effectif restreint.

OBJECTIFS

- ☞ Identifier les spécificités du travail soignant de nuit
- ☞ Evaluer les incidences physiques et psychologiques pour le soignant
- ☞ Valoriser le travail soignant dans la prise en charge nocturne du patient
- ☞ Développer les moyens de communication entre les équipes de jour et de nuit

PROGRAMME

La législation du travail de nuit

Les textes réglementant les conditions de travail du personnel la nuit

Les spécificités du travail de nuit pour le soignant

Le cycle biologique ou circadien
Les motivations du personnel soignant
L'effectif restreint et la lourde charge de travail
L'esprit d'équipe : la solidarité, l'entraide
L'organisation personnelle : autonomie, reconnaissance
La communication avec l'administration

Les conditions environnementales

La lumière artificielle ou l'obscurité
Le travail en silence : marche à pas feutrés, paroles à voix basse...

Les conséquences physiques et psychologiques du travail de nuit

Le sommeil : difficultés d'endormissement, insomnies, réveils précoces...
Les troubles du caractère ou de l'humeur
Les pertes de mémoire
Les troubles de la parole
Les troubles alimentaires, la prise de poids...
Les troubles gastro-intestinaux
La somnolence, les problèmes de vigilance et d'attention
L'isolement, la dévalorisation
L'anxiété, l'angoisse
Le stress
Le risque dépressif
L'absentéisme

Les besoins spécifiques du patient la nuit

La relation : la relation d'aide, la présence, l'écoute
La compétence du personnel
Le confort, la sécurité
Le droit d'obtenir des informations, informations identiques des soignants de jour et de nuit

Les soignants et les patients

L'accueil d'un malade, de la famille la nuit
Les soins
La gestion de la douleur
La gestion des angoisses nocturnes, de l'agitation
La gestion de l'urgence pour sauver un patient
Le décès d'un patient la nuit

La continuité des soins : de l'équipe de nuit à l'équipe de jour

Les transmissions orales et écrites
La maîtrise des nouveaux protocoles, du matériel ou l'adaptation aux changements dans les méthodes de travail
La qualité des soins : la prise en charge holistique du patient
L'encadrement soignant
La reconnaissance des équipes de nuit par les autorités médicales et administratives
- La communication avec l'équipe médicale
- Les réunions (l'aménagement des horaires)
La participation des équipes de nuit aux travaux de l'unité ou de l'institution

L'hygiène de vie du soignant

La gestion du stress : exercices de respiration, de centrage et relaxation
Prendre soin de soi : se connaître et cerner ses limites physiques et intellectuelles
Le sommeil et la récupération
La gestion des temps de repos
L'alimentation



PUBLIC

Tous personnels
veillant la nuit
en secteur médico-social

PEDAGOGIE

Apports théoriques.
Exercices de respiration,
de centrage et de relaxation.

Analyse des situations
et des cas concrets
proposés par les participants.
Jeux de rôles.

INTERVENANTS

Selon le thème de la formation, CQFD sélectionne un pédagogue possédant une expérience significative, une maîtrise opérationnelle et un profil particulier : commissaire aux comptes, sophrologue, médecin, chanteur d'opéra, senior manager, chef de cuisine, gouvernante, journaliste, animateur, policier, etc...

