Promotion et maintien de la santé

Regulatory Exam, Practical Nurse (REx-PN)

6 à 12 % de l'examen · 19 énoncés d'activité · plan d'examen 2027 du REx-PN

La catégorie Promotion et maintien de la santé couvre la grossesse, l'accouchement et le post-partum, le nouveau-né, la croissance et le développement de la petite enfance à la vieillesse, l'évaluation et le dépistage en santé, l'enseignement et la réceptivité à l'apprentissage, la prévention des comportements à risque élevé, l'immunisation et les soins communautaires. L'infirmière auxiliaire recueille des données, compare les constatations aux normes attendues, renforce l'enseignement et signale ce qui sort de la plage attendue. Les questions du REx-PN s'appuient sur les recommandations canadiennes : le Guide canadien d'immunisation, Santé Canada et l'Agence de la santé publique du Canada, Transports Canada pour les sièges d'auto, et les programmes provinciaux de dépistage lorsque la Colombie-Britannique et l'Ontario concordent.

Vous devriez pouvoir : Vous pouvez comparer un client aux normes de son âge et de son stade, renforcer l'enseignement prénatal, post-partum et néonatal et reconnaître ce qu'il faut signaler, appliquer les recommandations canadiennes d'immunisation et de dépistage, évaluer la réceptivité à l'apprentissage et les obstacles à la communication, soutenir la réduction des méfaits et les choix sains, et mettre les clients en lien avec les ressources à domicile et communautaires.

Chaque énoncé d'activité : le point clé et le piège

1. Soigner et conseiller les clientes pendant la grossesse

Recueillir les données prénatales : poids, tension artérielle, protéines et glucose urinaires, hauteur utérine et fréquence cardiaque fœtale, et signaler tout ce qui sort de la plage attendue.

Piège : Dire à une cliente enceinte d'éviter tout poisson au lieu de choisir du poisson faible en mercure.

2. Soigner et conseiller une cliente avant l'accouchement

Une tension artérielle de 140/90 mm Hg ou plus après 20 semaines, avec protéinurie, mal de tête, troubles visuels ou douleur abdominale haute, évoque une prééclampsie : signaler immédiatement.

Piège : Traiter un mal de tête ou un œdème soudain en fin de grossesse comme un inconfort mineur.

3. Soigner et accompagner une cliente en travail, hors de la phase active

L'infirmière auxiliaire soutient les clientes au début du travail et avant le travail actif; les soins pendant le travail actif relèvent de l'IA, de la sage-femme ou du prestataire de soins de santé principal.

Piège : Consigner le liquide avant de vérifier la fréquence cardiaque fœtale.

4. Soigner et conseiller les clientes après l'accouchement

Après l'accouchement, le fond utérin devrait être ferme, sur la ligne médiane et près de l'ombilic, et descendre d'environ 1 cm par jour; mou, il faut le masser; haut et dévié sur le côté, il indique une vessie pleine.

Piège : Masser un fond utérin ferme au lieu de vider la vessie.

5. Soigner les nouveau-nés, les nourrissons et les tout-petits jusqu'à 2 ans et conseiller leur famille

Le nouveau-né peut perdre jusqu'à environ 7 à 10 % de son poids de naissance dans les premiers jours; une perte de plus de 7 % entraîne une évaluation de l'alimentation et une perte de plus de 10 % est signalée; le poids de naissance double vers 4 à 6 mois et triple à 12 mois.

Piège : Accepter toute perte de poids du nouveau-né comme normale sans la calculer.

6. Soigner et conseiller les enfants et les adolescents de 3 à 17 ans

Erikson : initiative à l'âge préscolaire, travail (compétence) à l'âge scolaire, identité à l'adolescence; Piaget : pensée magique à l'âge préscolaire, pensée concrète à l'âge scolaire, pensée abstraite à l'adolescence.

Piège : Laisser un parent rester pendant toute la visite d'un adolescent, ou promettre une confidentialité absolue.

7. Soigner et conseiller les adultes de 18 à 64 ans

Dépistage chez l'adulte commun à la Colombie-Britannique et à l'Ontario : test immunochimique fécal (TIF) pour le cancer colorectal tous les 2 ans de 50 à 74 ans pour les personnes à risque moyen; dépistage du cancer du col et du sein selon l'invitation du programme provincial.

Piège : Recommander des examens comme les analyses sanguines des marqueurs tumoraux ou la coloscopie annuelle chez les adultes à risque moyen.

8. Soigner et conseiller les aînés de 65 ans et plus

Vieillissement attendu : perte d'audition des hautes fréquences, presbytie et besoin de plus de lumière, diminution de la soif, peau plus mince, temps de réaction plus lent, diminution de la masse musculaire.

Piège : Qualifier une nouvelle confusion chez une personne âgée de partie normale du vieillissement.

9. Faire des évaluations complètes de la santé

L'évaluation de la santé de la tête aux pieds recueille des données subjectives (antécédents, symptômes) et des données objectives (inspection, palpation, percussion, auscultation).

Piège : Palper l'abdomen avant d'ausculter, ou agir sur une valeur prise avec le mauvais brassard.

10. Jauger si le client est prêt et apte à apprendre, et comment il apprend le mieux

La réceptivité à l'apprentissage dépend du confort, de l'état émotionnel, de la motivation et du moment; soulager la douleur, l'anxiété ou les nausées avant d'enseigner.

Piège : Enseigner à un client qui a une douleur intense parce que le congé approche.

11. Faire du dépistage préventif, par exemple de la vue, de l'ouïe, de la mémoire ou de l'alimentation

Le dépistage repère les clients qui ont besoin d'une évaluation complète; un dépistage positif est signalé, et non traité comme un diagnostic.

Piège : Confondre un dépistage avec un autre, par exemple utiliser une échelle d'acuité visuelle pour un dépistage cognitif.

12. Enseigner au client à éviter et à corriger les comportements à risque, comme le tabagisme

Tabac : interroger chaque client, lui conseiller clairement et personnellement d'arrêter, et agir en offrant du soutien (thérapie de remplacement de la nicotine, y compris l'association du timbre et des formes à action rapide, et programmes d'abandon).

Piège : Dire à un client de réduire sa consommation pendant longtemps avant d'essayer d'arrêter, ou que la naloxone seule suffit.

13. Enseigner au client comment rester en santé, par exemple par des examens réguliers et la vaccination

L'immunisation suit le Guide canadien d'immunisation et le calendrier provincial : série du nourrisson à partir de 2 mois, programmes scolaires et rappels chez l'adulte.

Piège : Croire qu'une dose d'un vaccin protège toujours à vie.

14. Planifier des activités de santé pour les clients dans la communauté ou y participer

L'infirmière auxiliaire participe aux soins communautaires : cliniques de vaccination, santé scolaire, visites à domicile, activités de proximité et salons de la santé.

Piège : Jeter ou utiliser des vaccins après une rupture de la chaîne du froid sans l'avis de la santé publique.

15. Juger si le client peut gérer ses soins à domicile et planifier en conséquence

Évaluer ce que le client peut faire à domicile : activités quotidiennes, gestion des médicaments, mobilité, cognition et soutien disponible.

Piège : Décider qu'un client ne peut pas se débrouiller avant d'évaluer ce qu'il peut faire.

16. Évaluer les facteurs sociaux et autres qui façonnent la santé du client et agir

Les déterminants de la santé comprennent le revenu, l'emploi, l'éducation, le logement, la sécurité alimentaire, le soutien social, la culture, le genre et l'identité autochtone, ainsi que l'accès aux services.

Piège : Répéter l'enseignement ou qualifier le client de non observant lorsque l'obstacle est le coût.

17. Trouver des services communautaires pour le client et l'aider à y accéder

Connaître les ressources courantes : le 811 pour les conseils d'une infirmière à toute heure en Colombie-Britannique et en Ontario, le 911 pour les urgences, le 988 pour le soutien en cas de crise suicidaire.

Piège : Donner un conseil général au lieu d'une ressource concrète.

18. Repérer ce qui nuit à la communication

Les obstacles à la communication comprennent la perte d'audition ou de vision, la langue, l'aphasie, les troubles cognitifs, la douleur, le bruit, le jargon et les différences culturelles.

Piège : Faire appel à un membre de la famille comme interprète pour l'enseignement ou le consentement.

19. Suivre la croissance et le développement à tout âge

Stades d'Erikson : confiance (nourrisson), autonomie (tout-petit), initiative (âge préscolaire), travail ou compétence (âge scolaire), identité (adolescent), intimité (jeune adulte), générativité (adulte d'âge mûr), intégrité (personne âgée).

Piège : Qualifier de retard un comportement attendu, comme le jeu parallèle ou les crises de colère du tout-petit.

Termes clés

Règle de Naegele: Date prévue de l'accouchement : premier jour des dernières menstruations moins 3 mois plus 7 jours.

Hauteur utérine: La distance en centimètres entre l'os pubien et le sommet de l'utérus, à peu près égale au nombre de semaines de grossesse entre environ 20 et 36 semaines.

Lochies: Écoulement vaginal après l'accouchement, qui passe de rouge (lochia rubra) à brun rosé (lochia serosa), puis à blanc jaunâtre (lochia alba).

Immunoglobulines anti-Rh: Injection administrée à une cliente Rh négatif non sensibilisée pour prévenir la formation d'anticorps contre le sang fœtal Rh positif.

Test immunochimique fécal (TIF): Test de selles fait à domicile pour détecter du sang occulte, utilisé dans les programmes provinciaux de dépistage du cancer colorectal.

Paquets-années: Le nombre de paquets de cigarettes fumés par jour multiplié par le nombre d'années de tabagisme.

Méthode de reformulation (teach-back): Demander au client d'expliquer dans ses propres mots ou de montrer ce qui a été enseigné, afin de confirmer sa compréhension.

Déterminants de la santé: Les conditions sociales et économiques, comme le revenu, le logement et l'éducation, qui façonnent la santé.

Jeu parallèle: Jouer à côté d'autres enfants sans interagir, ce qui est typique des tout-petits.

ExamDragon, examdragon.com/rex-pn. Préparation indépendante, sans lien avec le NCSBN, le BCCNM ou l'OIIO ni approuvée par eux; rédigée dans nos mots d'après le plan d'examen 2027 du REx-PN.