

L'ALZHEIMER

La maladie d'Alzheimer est une maladie dégénérative (destruction des cellules nerveuses d'une certaine partie du cerveau), qui engendre un déclin progressif des facultés cognitives et de la mémoire. Cette maladie dont la cause est encore inconnue touche environ 1% des personnes âgées de 65 ans à 69 ans, 20% des personnes âgées de 85 à 89 ans et 40% des personnes âgées de plus de 90 ans.

Les symptômes :

Au stade léger : apparaissent des pertes de mémoire occasionnelles pour les informations récentes, des changements d'humeur et une légère désorientation dans l'espace peuvent être observés.

Le diagnostic avéré n'est confirmé que si les problèmes de mémoire s'accroissent et si d'autres fonctions cognitives se détériorent (langage, reconnaissance des objets, planification des mouvements complexes etc...)

Au stade modéré : les troubles de la mémoire s'amplifient ; notamment la mémoire des faits anciens, le jugement commence à être altéré (difficulté à faire des choix, de gérer son argent, de planifier les activités quotidiennes). La désorientation dans l'espace et le temps devient de plus en plus flagrante. Le malade a de plus en plus de mal à s'exprimer verbalement. Des problèmes de comportement inhabituels surgissent parfois (de l'agressivité, un langage atypique ou ordurier, un changement des traits de personnalité.)

Au stade avancé ou terminal : le malade perd son autonomie, une surveillance permanente est nécessaire (faute de quoi le malade peut errer pendant des heures). Des problèmes psychiatriques peuvent survenir (hallucination, délire paranoïde), aggravés par une perte de mémoire importante et une désorientation. Les problèmes de sommeil deviennent courants, le patient néglige son hygiène corporelle, devient incontinent et peine à s'alimenter seul.

Dans son stade avancé, la maladie d'Alzheimer devient une maladie mortelle, même si la personne peut décéder d'une autre maladie avant. La plupart des décès sont causés par une pneumonie engendrée à la longue par les nombreuses « fausses routes » dont sont souvent victimes les malades.

L'accompagnement au quotidien :

Au moment de la prise de repas : c'est un moment qui peut s'avérer difficile. Plusieurs troubles sont à prendre en considération.

- **Il est utile d'installer la personne au dernier moment**, dans un environnement sans télévision ni radio.
- **S'asseoir à la table avec la personne** est le meilleur moyen de lui faire comprendre que c'est le moment de passer à table.
- Il est impératif de **favoriser son autonomie**
- On peut **couper les aliments** dans l'assiette pour inciter la personne à continuer son repas et ne pas s'arrêter à cette difficulté.
- Vérifier si la nappe et/ou les couverts ne présentent pas **des motifs qui peuvent perturber les malades**

L'accompagnement pour les toilettes peut être délicat car on rentre dans l'intimité de la personne.

- Il est nécessaire de simplifier l'environnement. Garder la salle de bain la plus nue possible. Donner les éléments pour la toilette dans l'ordre au fur et à mesure : savon, gants, serviette...
- Quelques aménagements peuvent être nécessaires pour assurer une certaine sécurité à la personne malade (sièges, barres de maintien...)
- Il est préférable d'apporter son aide de façon progressive et d'inciter la personne à garder son autonomie
- Ne pas commencer la toilette par le visage mais par les mains pour habituer la personne au contact de l'eau.

La communication :

La personne malade va avoir progressivement du mal à communiquer. Il faut faire preuve de patience et d'imagination.

Quelques conseils pratiques :

- ↳ **Retenez son attention** : aborder la personne en vous plaçant devant elle
- ↳ **Regardez droit dans les yeux** : cela aidera la personne à comprendre mieux
- ↳ **Parlez doucement et clairement** : mots simples et phrases courtes
- ↳ **Répétez les informations importantes** : pour la mémorisation
- ↳ **Montrez les choses en parlant** : toujours illustrer ce qu'on veut dire
- ↳ **Soyez attentifs** : faites attention à ses expressions
- ↳ **Choisissez le meilleur moment** : le message passe mieux quand c'est la personne qui aborde le sujet en premier.

Le mot d'ordre pour aborder ces personnes malades :

Patience, doigté, délicatesse et compréhension



03 27 80 65 08