Votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

Soutenir un être cher atteint de la maladie d'Alzheimer

La maladie d'Alzheimer est souvent qualifiée de « maladie familiale », car en plus de bouleverser considérablement la vie de la personne qui en est atteinte, elle a aussi des répercussions sur celle d'un grand nombre de personnes autour d'elle. Si la maladie d'Alzheimer a été diagnostiquée chez l'un de vos proches, il existe quantité de choses que vous pouvez faire tant pour cette personne que pour vous-même.



Dans ce cas, il serait important de trouver le plus de renseignements possible au sujet de cette maladie. Vous pourrez ainsi avoir des attentes réalistes à l'égard des capacités et du comportement changeant de l'être aimé.

Voici des moyens de vous renseigner :

- Consulter des livres à ce sujet
- Utiliser des ressources en ligne
- Consulter des spécialistes en soins aux personnes à charge
- Voir s'il y aurait des groupes de soutien pour aidants naturels dans votre région ou encore des ateliers ou des séminaires au sujet de cette maladie

Pour l'aidant naturel, le plus important consiste à apprendre quand et comment:

- Aider l'être cher à accomplir ses activités quotidiennes
- Communiquer avec lui à mesure que la maladie évolue
- Gérer un comportement difficile ou inhabituel
- Assurer la sécurité de la personne malade
- Gérer ses finances et prendre des décisions en ce qui concerne les soins de longue durée

Aux phases initiale et intermédiaire de la maladie, alors que la personne possède toujours une certaine autonomie, il existe de nombreuses choses que vous pouvez faire pour lui faciliter la tâche. Par exemple, pourquoi ne pas lui préparer ses repas ou l'aider à effectuer ses corvées ménagères? À mesure que la maladie évoluera, il vous faudra sans doute prévoir d'autres arrangements, obtenir l'aide d'un professionnel en soins à domicile ou, s'il y a lieu, placer l'être cher dans un établissement de soins de longue durée.

Conseils à l'intention des aidants naturels

Si les symptômes et l'évolution de la maladie diffèrent d'une personne à l'autre, il en va de même pour les soins. Toutefois, il est important de comprendre qu'il vous faudra modifier votre façon d'interagir avec la personne malade lorsque la maladie progressera. Voici quelques suggestions à cet égard :

Des Conseils	**Des Exemples**

Évaluez fréquemment le niveau d’aide dont la personne pourrait avoir besoin.	A-t-elle besoin d’aide pour prendre son bain, se peigner, s’habiller ou accomplir d’autres activités quotidiennes nécessaires?
Réduisez la complexité de ses décisions afin d’atténuer son anxiété.	Simplifiez-lui le choix des vêtements à porter en ne lui offrant que deux choix clairs.
Réduisez la complexité de ses tâches afin d’amoindrir sa frustration.	Si l’être cher éprouve de la difficulté à exécuter une tâche, donnez-lui des instructions simples, une étape à la fois.
Essayez d’être souple et ne vous inquiétez pas de la façon dont les choses auraient dû être faites ou ont toujours été faites.	Si la façon d’agir de l’être cher est sans danger, n’essayez pas de la modifier.
Soyez patient lorsque vous communiquez avec l’être cher. Vous devez comprendre que sa facilité à s’exprimer déclinera au rythme de l’évolution de la maladie.	Souvent, c’est le comportement plus que la parole qui devient pour le malade le moyen d’exprimer ses désirs et ses sentiments.
Créez un environnement sécuritaire approprié aux différentes phases de la maladie.	Faites disparaître les obstacles à la circulation; assurez-vous que les extincteurs et les détecteurs de fumée fonctionnent; posez des verrous sur les armoires contenant des médicaments, des substances toxiques ou des objets tranchants.

Même s’il est déjà exigeant de gérer les difficultés du moment, penser au lendemain contribuera certainement à faciliter la vie au cours des mois et des années à venir. Planifiez pour l’avenir et déterminez avec l’être cher qui assumera la responsabilité de ses finances et de ses soins de santé, et à quel moment.

Finalement, n’oubliez pas de prendre soin de vous, car votre bien-être est tout aussi important que celui de l’être cher. Qu’est-ce que cela veut dire? Être en bonne santé, avoir un bon équilibre émotionnel, communiquer avec des groupes de soutien, demander de l’aide à des parents et à des amis, s’il y a lieu, et ne pas assumer des tâches au-dessus de vos forces.

Armé de connaissances sur la maladie et du soutien d’amis, de parents et d’autres personnes aux prises avec les mêmes difficultés, vous serez aussi prêt que possible à surmonter les problèmes liés aux soins à donner à un être cher atteint de la maladie d’Alzheimer.

© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d’information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.