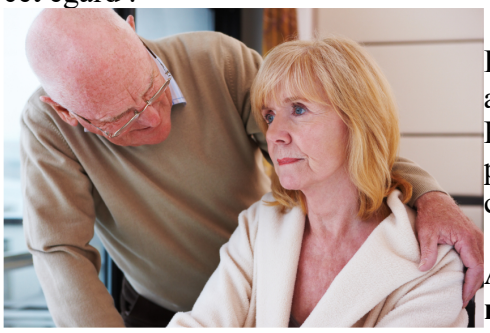
Votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

La maladie d'alzheimer : des 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. Pour l'aidant naturel, il est donc important de comprendre que, selon l'évolution de la maladie, il devra modifier sa façon de communiquer et d'interagir avec le malade. Voici quelques suggestions à cet égard :



Évaluez fréquemment le niveau d'aide dont la personne pourrait avoir besoin aux différentes phases de l'évolution de la maladie. Par exemple, a-t-elle besoin d'aide pour prendre un bain, se peigner, s'habiller ou accomplir des activités quotidiennes courantes?

Attendez-vous à constater de la frustration, de l'agitation et même de l'agressivité. Ce sont là des réactions normales lorsqu'il devient difficile d'effectuer une tâche ou de prendre une décision.

Réduisez la complexité des décisions à prendre par l'être cher. Par exemple, quels vêtements porter? Vous réduirez son anxiété en ne lui offrant que deux choix.

Réduisez la complexité de ses tâches. Si l'être cher éprouve de la difficulté à exécuter une tâche, fournissez-lui des instructions simples sur la marche à suivre. Le fait de se concentrer sur une chose à la fois réduira sa frustration.

Essayez d'être souple. Ne vous souciez pas de la façon dont les choses devraient être faites ou ont toujours été faites. Si sa façon d'agir sans danger, n'essayez pas de la modifier. Vous pouvez plus facilement que lui vous adapter au changement.

Créez un environnement qui incite au calme, où les bruits, les foules et les changements dans les occupations journalières sont limités. Les changements et autres distractions risquent de lui causer de l'anxiété et l'empêcher d'avoir les idées claires.

Soyez patient lorsque vous communiquez avec l'être cher. Vous devez comprendre que sa facilité de s'exprimer décline au rythme de l'évolution de la maladie. Souvent, le comportement deviendra pour le malade le moyen d'exprimer ses désirs et ses sentiments.

Créez un environnement sécuritaire approprié aux différentes phases de la maladie. Par exemple, éliminez les obstacles à la circulation; installez des extincteurs et vérifiez les détecteurs de fumée; posez des verrous sur les armoires contenant des médicaments, des substances toxiques ou des objets tranchants; exercez un contrôle sur l'accès à l'automobile, ainsi qu'aux autres véhicules ou appareils.

Planifiez tôt pour l'avenir et voyez avec l'être cher qui assumera la responsabilité de ses finances et de ses soins de santé, et à quel moment.

Prenez soin de vous et souvenez-vous que votre bien-être est aussi important que celui de l'être cher. Cela signifie être en bonne santé, avoir un bon équilibre émotionnel, communiquer avec des groupes de soutien, demander de l'aide à des amis et à la famille, s'il y a lieu, et ne pas assumer de tâches au-dessus

de vos forces. En outre, comme il n’est pas rare de voir un aidant naturel souffrir de stress et de dépression, consultez de façon périodique un professionnel de la santé afin de vous assurer que vous n’en manifestez pas les symptômes.
© 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.