



## CONSEILS POUR LES PROCHES

Avant de prendre une décision sur les soins:

- Considérez les valeurs et préférences de soins de fin de vie de votre proche
- Informez-vous et posez des questions
- Encouragez votre proche à garder son autonomie et à participer aux décisions

Avec un professionnel de la santé, discutez des options pour:

- Prévenir les blessures et diminuer le nombre de chutes
- Prévenir ou atténuer la confusion (par ex., cesser la prise de médicaments non requis)
- Gérer les symptômes liés aux autres maladies chroniques
- La nutrition (par ex., prise de suppléments) et de la perte de poids
- La gestion de la fatigue (par ex., promouvoir l'activité physique)

**Votre santé est tout aussi importante.** Si vous vous sentez dépassé(e), demandez de l'aide auprès du personnel, de votre CLSC ou d'Info-Social 811.

## Que devrais-je demander?

- Quelles sont mes plus grandes inquiétudes ou celles de mes proches à l'égard de ma santé?
- Comment puis-je contribuer au maintien de ma qualité de vie ou de celles de mes proches?
- À quoi devrais-je m'attendre lorsque je suis en fin de vie?

## Ressources en ligne

1. Canadian Frailty Network  
<https://www.cfn-nce.ca/fr/>
2. Voir le site web de SPA-LTC pour plus de ressources  
<https://spaltc.ca/resource-library/>
3. Soutiens sociaux NB  
<https://socialsupportsnb.ca/fr/>
4. 211 NB- Composer 2-1-1 pour parler à un spécialiste en information et référence 24 heures sur 24

# L'approche palliative de la fragilité dans l'établissement de soins de longue durée

## UNE RESSOURCE POUR LES RÉSIDENT(E)S ET LES PROCHES

### Contactez-nous

SPA-LTC Team  
[spa-ltc@unb.ca](mailto:spa-ltc@unb.ca)  
[www.spaltc.ca](http://www.spaltc.ca)





## QUELLE EST L'APPROCHE PALLIATIVE?

Ce dépliant a été conçu pour aider les personnes atteintes de **fragilité** et leurs proches à connaître les étapes de fin de vie afin de mieux planifier les soins. Une discussion tôt des préférences de soins est une étape importante de l'**approche palliative**.

## Une Approche Palliative:

- Vise les résident(e)s avec des problèmes de santé incurables
- Met l'accent sur le maintien de la qualité de vie plutôt que sur le prolongement de la vie
- Est une approche qui peut débuter à toute étape d'une maladie chronique
- Fait partie des soins dans l'établissement de soins de longue durée et ne requiert pas un transfert dans un centre hospitalier

Une **Approche Palliative** comprend:

- Le traitement des problèmes curables, la gestion de la douleur et des symptômes ainsi que le soutien social et spirituel

Pour plus d'informations, s'il vous plaît visitez:

<https://www.planificationprealable.ca/>

[https://www.virtualhospice.ca/fr\\_CA/](https://www.virtualhospice.ca/fr_CA/)

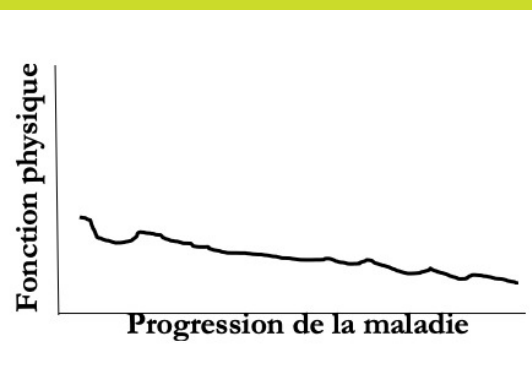
## Qu'est-ce que la fragilité?

La fragilité est une **maladie chronique et progressive limitant l'espérance de vie**. Cela signifie que les symptômes s'aggravent avec le temps et peuvent avoir une incidence sur la durée de vie d'une personne. La fragilité est:

- Un déclin du niveau de santé lié à l'âge
  - Liée à des problèmes cognitifs et à des maladies chroniques
- Les personnes fragiles :
- Présentent un risque plus élevé de chutes, d'hospitalisation, d'invalidité, et de décès
  - Éprouvent des problèmes avec plusieurs systèmes de l'organisme

## LA PROGRESSION DE LA FRAGILITÉ

Il est difficile de prédire la durée de vie d'une personne fragile; il est donc bon de se préparer en conséquence.



## Vivre avec la fragilité

La progression de la fragilité est complexe et la guérison est parfois difficile. Bien s'informer facilite la prise de décisions en matière de soins.



## LES PERSONNES FRAGILES PEUVENT PRÉSENTER UN DÉCLIN DE:

- La masse et la force musculaires (faiblesse)
- L'énergie (fatigue)
- La vitesse de marche ou de la mobilité
- Le niveau d'activité (reste au lit ou sur une chaise presque toute la journée)
- La capacité de vaquer aux activités quotidiennes (par ex., manger, se laver, marcher)
- L'appétit (perte de poids)
- La fonction cognitive