



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/>

Contactez-nous

Emily Di Sante
McMaster University
disante@mcmaster.ca
www.spaltc.ca

L'approche palliative de la fragilité en centre d'hébergement de soins de longue durée (CHSLD)

Version 1

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





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 en CHSLD 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/

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:

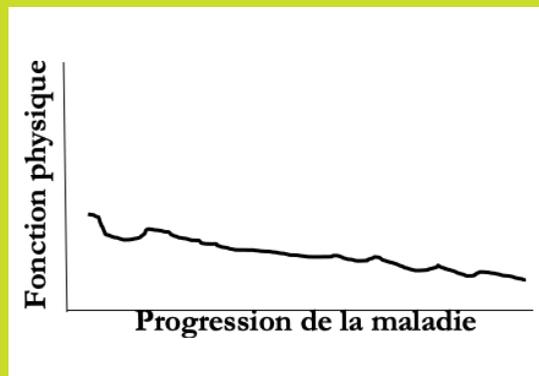
- Un déclin du niveau de santé lié à l'âge
- Liée à des problèmes cognitifs et à des maladies chroniques

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