



La vie quotidienne (1/2)

Le quotidien est émaillé de nombreux moments qui, pour une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer, peuvent tout à coup poser problème. Pour chacun de ces moments, nous vous conseillons de vous demander quoi faire pour préserver son autonomie au maximum, tant lors de sa toilette que de son habillage, des repas ou du coucher.

Les principes à respecter pour bien vivre le quotidien

Tout ce que vous faites en faveur de la personne malade a pour objectif de lui rendre chaque jour plus simple et plus agréable. Vous pouvez pour cela :

- Veiller à préserver son environnement (notamment afin que la personne malade demeure le plus longtemps possible chez elle)
- La protéger d'elle-même (traquez les « risques » au sein de son logement)
- Garantir son autonomie
- La rassurer en expliquant chacun de vos gestes

La toilette

La personne malade est encore en mesure d'assurer sa toilette pendant un certain temps et vous avez tout intérêt à préserver son autonomie aussi longtemps que possible. Exécuter avec elle les mêmes gestes dans le même ordre tous les jours l'aide à avoir des repères. De même, prenez le temps d'annoncer ce que vous allez faire et de décrire ce que vous faites.

L'habillage

Plus vous trouverez de « techniques » pour faciliter la vie de la personne malade, plus elle pourra réaliser longtemps elle-même les activités du quotidien. Aux lacets trop fins ou aux boutons récalcitrants, préférez par exemple les velcros.

Les repas

La maladie évoluant, la personne risque d'être moins attentive à ses besoins fondamentaux. Vous pouvez l'aider en veillant à ce qu'elle boive régulièrement et à ce qu'elle mange à heures fixes. Le repas est un moment convivial, partagez-le avec elle en la plaçant à un bout de la table et en vous asseyant à ses côtés.



Témoignage
de Catherine

« Au début, lorsqu'Elsa, ma maman, n'était pas encore trop malade, nous faisons la cuisine ensemble. Elle me donnait les légumes, je les coupais ou les épluchais et nous surveillions la cuisson tout en discutant. C'était des moments complices comme on les aime. »



All published materials described in intellectual outputs section will be licensed under Creative Common Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International, allowing to remix, tweak, and build upon the work non-commercially, and to distribute derivative works only under the same license".

Le déshabillage et le coucher

Quel est le rituel de la personne malade au moment du coucher ? Prépare-t-elle sa tenue du lendemain ? Lit-elle quelques instants une fois couchée ? Pour l'aider à conserver ses repères, vous pouvez veiller à préserver ses habitudes et l'inviter à se coucher tous les jours à la même heure.



All published materials described in intellectual outputs section will be licensed under Creative Common Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International, allowing to remix, tweak, and build upon the work non-commercially, and to distribute derivative works only under the same license".