Edition *spéciale Alzheimer*

Les Cahiers de Retraite Plus

Votre parent est atteint de la maladie d'Alzheimer ?

EXIGEONS DES SOLUTIONS AU QUOTIDIEN

Service Gratuit

d'orientation en Maison de Retraite

N° Vert 0800 941 340

contact@retraiteplus.fr • www.retraiteplus.fr

RETRAITE PLUS

Trouvez une place en EHPAD spécialisé en

24h

partout en France

LA MALADIE D'ALZHEIMER TOUCHE AUJOURD'HUI PLUS DE 800 000 PERSONNES.

RETRAITE PLUS S'ENGAGE

À AIDER LES FAMILLES PAR
UNE MISE À DISPOSITION DE PLUS DE 50 000 LITS
EN EHPAD SUR TOUT LE TERRITOIRE NATIONAL

AVEC LA GARANTIE QUE CES ÉTABLISSEMENTS RESPECTENT LES PRINCIPES SUIVANTS :

- PRÉSERVER L'AUTONOMIE DES PATIENTS.
- STIMULER LES FONCTIONS COGNITIVES PAR DES ACTIVITÉS ET DES EXERCICES SPÉCIFIQUES.
- FAVORISER LA SOCIABILITÉ DU MALADE.
- SUIVRE LES EVOLUTIONS DE COMPORTEMENT DU MALADE ET Y APPORTER LES RÉPONSES APPROPRIÉES.

N° Vert 0800 941 340

Copyright © Tous droits réservés 2009 - RETRAITE PLUS - Les Cahiers de Retraite plus -
Aucune partie de cet ouvrage ne peut être reproduite de quelque manière que ce soit par impression, procédé anastatique, microfilm, microfiche ou par tout autre moyen, sans autorisation préalable de l'éditeur. La loi du 11 mars 1957 n'autorisant, aux termes des alinéas 2 et 3 de l'article 41, que les copies ou reproductions strictement réservées à l'usage du copiste, cette représentation ou reproduction, par quelconque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du code pénal.

RETRAITE PLUS

UNE BELLE HISTOIRE À PARTAGER AVEC VOUS

«Il était 8h30 du matin, quand un homme âgé d'environ 80 ans est arrivé pour se faire retirer des points de suture au pouce.
Il me dit qu'il était pressé car il avait un rendez-vous à 9h00. J'ai pris les renseignements et lui ai dit de s'asseoir sachant que ça prendrait plus d'une heure avant qu'un infirmier vienne s'occuper de lui.
Comme il regardait sans cesse sa montre, je décidai de m'occuper personnellement de sa blessure et de lui enlever ses points de suture.
Tout en travaillant , je lui ai demandé si son rendez-vous à 9 heures avait lieu avec un autre médecin du cabinet. L'homme me dit que non, qu'il devait aller dans une maison de retraite pour déjeuner avec sa femme. Je me suis informée de sa santé et il me dit qu'elle était là bas depuis quelque temps et qu'elle avait la maladie d'Alzheimer.

Comme nous parlions, je voulais savoir si elle serait très contrariée s'il venait en retard. Il a répondu qu'elle ne savait plus qui il était, qu'elle ne le reconnaissait plus depuis 5 ans. Surprise, je lui demandai : Et vous y allez encore tous les matins, même si elle ne sait pas qui vous êtes ?
Il souriait en me tapotant la main et me confia doucement : elle ne me reconnaît pas, mais moi je sais encore qui elle est...

J'ai retenu mes larmes quand il a quitté la pièce, j'avais la chair de poule et je pensais, c'est cela l'amour, l'amour que je veux dans ma vie.
Le vrai amour n`est ni physique ni romantique. Le véritable amour est l'acceptation de tout ce qui est, a été, sera et ne sera pas.

Les gens les plus heureux n'ont pas nécessairement le meilleur de tout, ils s'organisent du mieux qu'ils peuvent avec ce qu'ils ont.

J'espère que vous partagerez ceci avec les gens qui se soucient des autres comme je l'ai fait dans toute ma carrière de médecin. La vie n'est pas d'échapper à la tempête mais de danser sous la pluie.»

Dr F.

Les *10* signes
pour repérer la maladie

1. La mémoire immédiate
La personne atteinte de la maladie d'Alzheimer oublie systématiquement des événements qui viennent de se produire.

2. Les tâches familières
La maladie d'Alzheimer a des répercussions sur la capacité du malade à exécuter des tâches familières pourtant élémentaires, comme faire son lit.

3. Les troubles de langage
Le malade a tendance à perdre l'emploi de mots courants pour leur substituer des mots incongrus qui rendent ses phrases incompréhensibles.

4. Perte du sens de l'orientation
Celui qui souffre de la maladie d'Alzheimer se perd très facilement, même dans des lieux qu'il connaît. Il ne se souvient plus où il habite.

5. Ne sait plus choisir
Le malade d'Alzheimer ne sait plus exercer son jugement. Il a du mal à faire des choix et opte souvent pour des solutions incohérentes ou contradictoires.

6. Ne comprend plus les choses abstraites
Que ce soit les factures, les calendriers ou tout autre type de numérotation, le malade éprouve de grandes difficultés à s'adapter aux choses abstraites.

7. Désordre permanent
Le malade d'Alzheimer ne sait plus ranger. Ses propres affaires sont en désordre permanent.

8. Inconstance et sautes d'humeur
Le malade d'Alzheimer peut changer d'humeur en un clin d'œil. Il passe de la douceur à la colère, sans aucune raison apparente.

9. Troubles de la personnalité
Une personnalité qui était avenante et très sociale peut devenir renfermée et méfiante, exprimant des sentiments de peur ou de solitude, et parfois inversement.

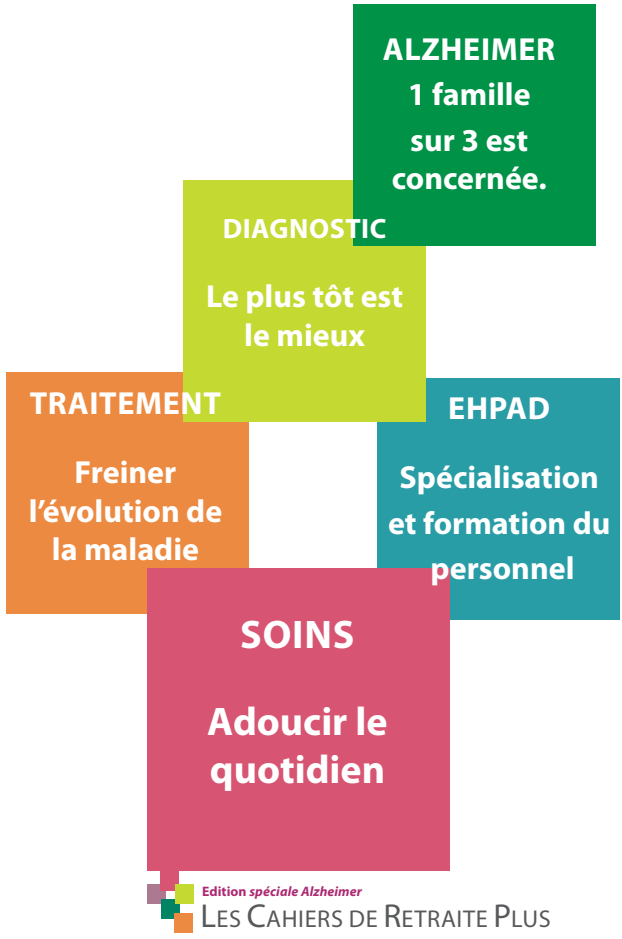
10. Le manque d'intérêt
Le malade d'Alzheimer perd tout intérêt à réaliser des activités qui lui tenaient jusque-là à cœur. Il devient passif et attend de son entourage qu'il le motive.

Si la maladie d'Alzheimer progresse d'année en année, la recherche, la connaissance et la prise en charge de la maladie ont elles aussi progressé.

Grâce au diagnostic précoce, aux médicaments et aux différentes mesures d'accompagnement spécifiques, il devient envisageable d'en RETARDER L'EVOLUTION ET D'ADOUCIR LE QUOTIDIEN DU PATIENT ET DE CEUX QUI L'ACCOMPAGNENT...

Sans prétendre répondre aux multiples questions que nous nous posons concernant l'accompagnement des personnes malades d'Alzheimer, notre premier objectif dans cette brochure est d'une part, de guider les familles dans leurs démarches pour le bien du malade, et surtout, de leur redonner courage par des conseils appropriés et conformes à l'avis des professionnels.

Cette édition spéciale Alzheimer est une initiative de RETRAITE PLUS, réalisée par ses conseillères en gérontologie.



Edition *spéciale Alzheimer*
LES CAHIERS DE RETRAITE PLUS

N° Vert 0800 941 340

RETRAITE PLUS

LES DIFFÉRENTES ÉTAPES

1. Stade léger

Les troubles de la mémoire sont à ce stade de la maladie quasiment insoupçonnables et passent même inaperçus, parce que la plupart du temps l'entourage du malade pense qu'ils sont dus au vieillissement naturel.

On peut cependant les repérer facilement, en ce que

« Le malade met un point d'honneur à noter tout ce qu'il fait, de peur qu'il n'en vienne à oublier les choses les plus élémentaires, comme son emploi du temps, ses rendez-vous, etc. »

« Le malade se trompe régulièrement dans des opérations ou des actes qu'il a pourtant l'habitude de faire comme remplir un chèque, tenir ses comptes ...»

« Dans la majorité des cas, le malade exprime de sérieuses difficultés à s'adapter à des situations nouvelles, soit parce qu'il ne les connaît pas, soit parce qu'il les a oubliées. »

2. Stade intermédiaire

Ce type de troubles commence à avoir de sérieuses répercussions sur la vie au quotidien, et dans les relations avec la famille et les amis. Le malade perd progressivement toute autonomie, au point où il devient nécessaire de l'accompagner partout. La vie à domicile devient difficile sans la présence quotidienne d'aides.

« Le malade oublie systématiquement ce qu'on vient de lui dire, il pose sans cesse les mêmes questions sans faire cas des réponses »

« Quelle que soit son activité intellectuelle : lecture, télévision, jeux, etc., il n'enregistre pas les évènements qui se déroulent devant lui, ni ce qu'on lui dit »

« Dans des cas plus graves encore, le malade ne sait plus lire, il tient son journal à l'envers ou le relit plusieurs fois sans s'en rendre compte »

« Le malade répète les mots qu'il vient d'entendre en guise de réponse à son interlocuteur, il soliloque »

« S'il doit sortir, il risque de se perdre ; et dans le cas où on lui demande son identité, son lieu de domiciliation, il est incapable de répondre. »

3 . Stade critique

Le malade a perdu son autonomie, et son comportement s'en trouve complètement modifié. Bien qu'il soit encore capable de sentiments, il a perdu toute relation à son entourage, ne reconnaît plus ses proches, ni ne sait s'adapter aux situations pourtant les plus élémentaires.

« Il n'est plus capable de s'habiller, ni de se laver, ou encore d'aller aux toilettes, tout

DE LA MALADIE D'ALZHEIMER

simplement parce qu'il a oublié comment il doit s'y prendre. Le danger, c'est quand une telle perte de mémoire affecte aussi son alimentation quotidienne que le malade n'est plus capable de gérer »

« Totalement refermé sur lui-même, le malade vit en retrait. Il est seul parce qu'il ne reconnaît plus son entourage »

En dehors de ces symptômes, il importe de savoir que la maladie d'Alzheimer ne se limite pas seulement à un déclin des fonctions intellectuelles, mais qu'elle a des conséquences très néfastes sur son comportement et l'affectivité, au point de modifier totalement la relation du malade au monde qui l'entoure et à ses proches. Les troubles psychologiques et comportementaux sont présents à toutes les étapes de la maladie et ce, dès le stade précoce.

Ces perturbations sont extrêmement variées, elles vont :

• Des troubles affectifs et émotionnels, comme l'anxiété, la tristesse, ou l'apathie ; ou au contraire, des sautes d'humeur, des éclats ou des changements brutaux du comportement. Autant d'états qui peuvent se succéder chez une même personne en un laps de temps très court et sans aucune raison apparente.

•En passant par des signes psychosomatiques, des hallucinations et bien entendu des troubles du sommeil accompagnés le plus souvent de cauchemars et de réactions immatures…

•Jusqu'aux désordres comportementaux tels que l'agressivité, la déambulation, ou la répétition de mêmes gestes de façon intermittente, ou des mêmes mots.

«Il faut savoir que chaque malade a un développement de lésions qui lui est propre et donc une apparition particulière des symptômes. Certains troubles sont parfois fortement existants dès le tout début de la maladie. A l'inverse, chez d'autres patients, ces mêmes troubles resteront longtemps peu exprimés, même à un stade très avancé de la maladie.

N° Vert 0800 941 340

RETRAITE PLUS

COMPRENDRE LE MALADE ET

• Le malade d'Alzheimer ne pense pas qu'il est malade !

« Tout va bien, je n'ai aucun problème de mémoire, c'est mon entourage qui dit cela pour se débarrasser de moi plus vite ».

Cette méconnaissance de soi est le symptôme d'une volonté plus au moins consciente d'autodéfense afin d'éviter de dévoiler aux autres son handicap, et de se protéger de la peine qui accompagne toute acceptation de la maladie : « J'ai certes de légers troubles de la mémoire, mais quoi de plus normal pour une personne de mon âge… ».

Attention, ce refus de s'avouer malade empêche même, dans la plupart des cas, le malade d'Alzheimer d'accepter de se soigner.

« Je n'ai besoin de personne pour prendre mon traitement, je n'ai pas besoin que l'on m'apporte mes repas, je me débrouille très bien tout seul ».

• Le malade est anxieux.

L'anxiété du patient est constatable dès les débuts de la maladie, c'est-à-dire dès que la personne prend conscience que ses capacités intellectuelles diminuent sérieusement.

Chaque modification intervenant dans son environnement va provoquer chez le malade un sentiment de stress et d'inquiétude, pour la simple et bonne raison qu'il a du mal à gérer la nouveauté. Que ce soit la présence d'une personne étrangère à son domicile ; le fait que des objets familiers aient pu changer de place ; des déplacements inhabituels comme un voyage ou un déménagement.

Le sujet est inquiet, parce qu'il a pris conscience que le monde qui l'entoure lui échappe et ne correspond plus à ce qu'il en connaissait.

Il arrive même que ce sentiment d'angoisse se concrétise par des appels au secours soudains, des cris, des conduites paradoxales et provocatrices, des déambulations, voire des fugues…

Il se peut que devant des situations qui lui semblent ingérables, le malade en vienne à faire preuve d'hystérie, exprimant un violent sentiment de panique et de confusion.

• Le malade est triste...

Tout au long de sa maladie, le patient est souvent sujet à des dépressions fréquentes et plus ou moins durables.

Une impression d'abandon et de tristesse qui survient tout particulièrement lorsque le malade est mis en situation d'échec ou quand il est seul.

Mais la dépression véritable est surtout observée lors des premiers mois de l'apparition de la maladie, quand le patient est encore à même de prendre conscience de son handicap.

ADOPTER LA BONNE ATTITUDE

MÉNAGER LES SENTIMENTS DU PATIENT...

Si le jugement et le raisonnement sont altérés, les émotions, l'affectif restent. La famille composera donc avec cet élément important sachant que son parent conserve en effet toute sa sensibilité et continue à éprouver de la joie, de la colère, de la peur, de l'amour ou de la tristesse, et à réagir à tous ces sentiments.

EVITER DE LE CONTRARIER !

Il vous prend pour la voisine, il veut son écharpe en plein été ? Si son choix ne le met pas en danger et que cela lui fait plaisir, acquiescez. Et si vous êtes face à un problème (ou qu'il y a danger), évitez les discussions inutiles et faites diversion : Il veut fuguer ? Proposez-lui par exemple un café ... Argumenter ne servirait à rien sinon à la mettre en échec.

S'ADAPTER !

Les proches doivent essayer de comprendre la psychologie du malade, s'adapter à son comportement tout en essayant de retenir son attention. On essaiera par exemple de lui parler en le regardant droit dans les yeux, en s'exprimant le plus clairement possible et avec amour, et surtout en parlant calmement sans démultiplier les informations... Le but étant d'intégrer la logique du malade (en faisant abstraction de nos propres habitudes si possible.)

LUI ACCORDER DE L'IMPORTANCE !

Il est fondamental de ne pas trop assister le malade en l'empêchant d'agir seul. Au lieu de tout faire à sa place, on s'efforcera de lui laisser le maximum d'autonomie. Par ailleurs, il est bon de susciter son autonomie en l'orientant dans ses choix ; par exemple, il vaut mieux lui demander s'il préfère manger des lentilles ou des pâtes, plutôt que de lancer : « Qu'est-ce que tu veux manger ? ».

Diagnostic

Un diagnostic précoce fera bénéficier les malades d'un traitement et d'une prise en charge le plus tôt possible. Dans cette démarche, votre rôle est primordial.

S'il n'est pas possible de guérir de la maladie d'Alzheimer, il existe malgré tout des traitements et des approches thérapeutiques qui favoriseront le maintien des aptitudes encore existantes chez la personne atteinte d'une part, et qui d'autre part, aideront la famille dans son accompagnement quotidien.

De nombreuses et importantes recherches sont en cours permettant de découvrir des médicaments qui ralentissent l'évolution de la maladie et qui améliorent la qualité de vie des patients et de leur famille.

Plusieurs médicaments sont indiqués dans les formes légère et modérée de la maladie. Un seul est indiqué au stade sévère. Ces médicaments seront prescrits par un médecin neurologue, gériatre ou psychiatre.

5 conseils essentiels pour vous préserver...

Vous êtes près de 2 millions de familles à vous dévouer pour vous occuper de votre proche. Vous êtes ce qu'on appelle les "aidants familiaux" . Continuer à vivre le plus sereinement possible est essentiel. Voici quelques conseils :

1. Premier réflexe à avoir : anticiper.

Profitez que le malade est encore lucide pour décider ensemble des aides les plus appropriées à mettre en place. On pourra, par exemple, lui proposer de louer les services d'une aide ménagère… Toutes les décisions qui seront prises avant que la dépendance ne s'installe sérieusement sont toujours mieux acceptées par le malade.

2. Acceptez vos limites

Même si vous êtes sans aucun doute la personne qui connait le mieux le malade, il faut toutefois savoir déléguer pour économiser vos forces. N'hésitez pas à solliciter un proche, un ami ou un professionnel qui sauront agir - certes différemment - tout aussi bien que vous.

3. Sollicitez votre entourage

Parents, voisins ou amis seront dans un premier temps les bienvenus pour vous permettre de trouver quelques heures de liberté afin de souffler et de vous occuper de vous ou de voir des amis. Si vous êtes seul(e), et si votre situation financière vous empêche de louer les services d'une aide à domicile, n'hésitez pas à en parler à votre médecin traitant ou à l'assistante sociale du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS).

4. Prenez du recul

Par exemple, si vous l'aidez à manger, demandez-vous pourquoi. Est-ce dans votre intérêt personnel ? Pour gagner du temps par exemple ? Ou parce que la personne malade n'est vraiment plus capable de le faire seule ? De telles interrogations permettent de ne jamais perdre de vue que le rôle de l'aidant est de permettre au malade de rester autonome le plus longtemps possible.

5. Relativisez

Même si le ménage, les repas, et la toilette sont indispensables, il faut prendre garde à ne pas focaliser sur des détails techniques. Vous risquez sinon de passer à côté de l'essentiel c'est à dire, la relation humaine, familiale et amicale…
Enfin, il faut surtout prendre garde à ne pas culpabiliser et accepter le plus tôt possible de se faire aider, ce qui permettra d'éviter des situations d'épuisement ou de ras-le-bol...

L'accueil de jour ou temporaire, un bienfait pour chacun

Pour permettre aux aidants de souffler, les accueils de jour ou temporaires spécialisés Alzheimer servent véritablement de relais, avec tout un panel d'activités proposées aux patients en fonction de leurs centres d'intérêt et de leurs capacités. On trouve dans ces services spécialisés, des programmes de « stimulation cognitive » destinés aux malades avec un travail sur les stratégies de mémorisation, sur les capacités à organiser des tâches, sur le langage...

Les proches aussi peuvent bénéficier d'un soutien psychologique, grâce à des groupes de parole. On trouve dans certains établissements, des programmes spécifiques qui mêlent l'information sur la maladie, la prise de parole et l'apprentissage d'exercices de stimulation du malade.

Le but de ces services étant d'offrir un répit aux familles certes, mais aussi et surtout de préserver les capacités intellectuelles restantes et de maintenir la communication avec l'entourage.

Retraite Plus : 50 000 lits sur toute la France

Contactez une conseillère
RETRAITE PLUS

N° Vert 0800 941 340

contact@retraiteplus.fr ● www.retraiteplus.fr

RETRAITE PLUS

ATELIERS MÉMOIRE ET ANIMATIONS

Vivre des expériences multisensorielles

Faire chaque jour de l'exercice et des sorties

Participer à des activités de groupe

S'occuper d'animaux de compagnie

Rencontrer régulièrement les autres

Réapprendre à jardiner, cuisiner

SOURIRE...

EN ETABLISSEMENT SPÉCIALISÉ

Si la maison de retraite n'est pas un lieu de vie idéal, elle doit le devenir dès lors qu'elle s'impose au patient et à ses proches comme solution incontournable.
Pour satisfaire les besoins de la personne âgée atteinte de la maladie d'Alzheimer, tout sera mis en oeuvre, chaque établissement selon sa direction, son équipe.

Favoriser les moments de plaisir et de détente

☑ Des jeux et des exercices pour stimuler la mémoire ou la motricité. Mais toujours avec la notion de plaisir, pour ne pas placer le malade en situation d'échec.

☑ Des séances de stimulation cognitive ont lieu pour entretenir et mobiliser l'activité intellectuelle des résidents.

☑ Dans les cas plus sévères, des exercices de « rééducation cognitive » pour réapprendre au patient des actes élémentaires oubliés, tels que mettre la table, arroser les plantes, plier le linge, voire tout simplement monter des marches d'escalier.

☑ Des programmes d'échanges avec des intervenants extérieurs, des associations, des écoles, etc, pour assurer une ouverture sur le monde extérieur et permettre le maintien d'une vie sociale.

☑ Des activités ludiques et thérapeutiques, comme la stimulation multisensorielle, permettant de vivre des moments de détente et de plaisir.

☑ L'habillement, la cuisine, le jardinage, la peinture, etc. sont autant de prétextes à retrouver ou maintenir certains repères qui seront formalisés au sein d'un projet de vie personnalisé pour chacune des personnes suivies.

Retraite Plus : Plus de 20 000 familles nous font confiance

Contactez une conseillère RETRAITE PLUS

N° Vert 0800 941 340

contact@retraiteplus.fr • www.retraiteplus.fr

RETRAITE PLUS

STRUCTURES D'ACCUEIL MÉDICO-SOCIAL

ACCUEIL DE JOUR

L'accueil de jour consiste à recevoir pour une demie, une ou plusieurs journées par semaine des malades qui bénéficient, en sus de l'accueil, d'un projet thérapeutique personnalisé incluant la stimulation de la mémoire.
De telles structures sont en général liées à un établissement hospitalier ou d'accueil social type Cantou.

DANS QUEL CAS ?

Les malades présentant des troubles envahissants de comportement ne peuvent pas être accueillis. Cela peut couvrir plusieurs objectifs comme stimuler, favoriser la socialisation de la personne malade et soulager l'entourage ; prolonger la présence de la personne malade à domicile, tout en la mettant progressivement en relation avec une institution collective.

QUELLES FORMALITÉS ?

Sur avis de la consultation mémoire et d'un RDV de pré-admission. Les accueils de jour thérapeutiques sont malheureusement en nombre très insuffisant.

HÉBERGEMENT TEMPORAIRE

Accueil de jour et de nuit à durée limitée en EHPAD (structure sécurisée afin d'éviter des risques pour le malade).

DANS QUEL CAS ?

Pour permettre à l'aidant principal de souffler un peu, de prendre des vacances ou de s'occuper de lui-même et de sa santé. Prise en charge des personnes dépendantes même à un stade avancé de la maladie. Le séjour temporaire peut également servir de période d'essai pour le patient et faciliter ensuite son intégration en vue d'un séjour permanent.

QUELLES FORMALITÉS ?

Contact direct avec la structure. Entrée sur dossier. Une partie médicale de ce dossier doit être remplie par le médecin traitant. Le dossier est ensuite étudié par une commission d'admission. Cet accueil nécessite donc que le médecin coordonnateur rencontre le patient et sa famille, ainsi que le directeur de l'établissement.

HÉBERGEMENT PERMANENT EN EHPAD

Etablissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes.

DANS QUEL CAS ?

Pour les personnes dépendantes dont l'état de santé nécessite un environnement et une surveillance médicale sécurisée 24h/24.

QUELLES FORMALITÉS ?

Les places étant insuffisantes, il y a souvent des listes d'attente. Visite et contact avec la direction sont vivement conseillés pour activer la prise en charge. Déposer un dossier de pré-inscription avec dossier médical récent. Décision d'admission sous 72h en moyenne.

QUAND ET COMMENT CHOISIR ?

LES UNITÉS DE VIE

Il s'agit de petites structures de moins de 25 places.
Elles peuvent faire partie d'établissements plus importants. Le principe est de recréer un univers familial et chaleureux pour chacun des résidents selon son degré d'autonomie.

DANS QUEL CAS ?

Une réponse privilégiée pour les patients Alzheimer et leur famille.
Ces structures offrent un programme d'activités individualisé pour la personne malade (maintien et réadaptation de l'autonomie).

QUELLES FORMALITÉS ?

L'admission à l'entrée de l'unité de vie Alzheimer d'un résident suppose qu'une évaluation soit réalisée tant du point de vue de son état neurologique ou général que de son degré de dépendance.
Inscription sur dossier médical avec accord du médecin coordonnateur.

EHPAD SPÉCIALISÉS ALZHEIMER

Etablissements spécialisés dans les troubles du comportement, employant du personnel formé en permanence sur les approches thérapeutiques du patient désorienté. Ce type d'établissement bénéficie généralement d'une équipe médicale et paramédicale salariée à temps plein.

DANS QUEL CAS ?

Les soins, le cadre de vie, les animations (à plein temps) sont étudiés et parfaitement adaptés pour des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Tout sera conçu pour maintenir au maximum l'autonomie de la personne. Le tarif est généralement élevé mais les prestations correspondent.

QUELLES FORMALITÉS ?

Comme pour un EHPAD classique, il est conseillé de s'y prendre à l'avance en déposant un dossier de pré-inscription avec dossier médical récent. Visite des locaux, rencontre et échange avec le directeur de l'établissement et de l'équipe en place sont vivement recommandés.

Retraite Plus : 600 structures rigoureusement sélectionnées en France

Contactez une conseillère
RETRAITE PLUS

N° Vert 0800 941 340

contact@retraiteplus.fr • www.retraiteplus.fr

RETRAITE PLUS

On retiendra 5 critères

1. Une population de résidents bien ciblée

On ne confondra pas les établissements spécialisés de la maladie d'Alzheimer, avec ceux qui traitent des problèmes de démence vasculaire ou d'autres démences dégénératives.

2. Un cadre adapté

Il faudra faire attention à ce que l'architecture de l'établissement rende les fugues impossibles, et prévienne des accidents, tout en assurant un maximum de confort au patient, mais aussi à sa famille et au personnel soignant.
On sera attentif aux couleurs (qui peuvent calmer et faciliter l'orientation des patients), à la luminosité (qui doit être suffisante), et au calme (afin d'éviter au maximum les bruits indésirables qui pourraient altérer la tranquillité du site). On sera sensible à un jardin thérapeutique protégé qui permet le maintien d'une activité physique, et d'une bonne qualité de vie en toute sécurité.

3. Un personnel formé, entraîné, spécialisé.

Il ne suffit pas d'avoir une architecture adaptée, il faut aussi que le personnel soit correctement formé et expérimenté ; qu'il soit dynamique, solidaire et motivé ; et surtout qu'il sache aimer ses malades et aborder les problèmes spécifiques de chacun.
Le personnel de qualité est celui qui est susceptible d'éviter que le patient ne devienne agressif ou dépressif. Sachant faire face aux différents troubles du comportement, un tel personnel sera à même de conseiller la famille, de l'apaiser, et de lui expliquer comment faciliter son quotidien.

4. Une participation de la famille

Les membres de la famille ont le droit d'exiger les informations nécessaires sur l'état du malade, et tout établissement doit pouvoir les soutenir.
C'est pourquoi, les familles devront aussi être « formées » afin de participer concrètement à l'accompagnement du malade, tant au niveau des soins qu'en ce qui concerne son alimentation, l'activité physique et les divertissements.

5. Un projet de soins spécifiques

Tout établissement doit posséder un projet de soins spécifiques axé essentiellement sur un programme d'animations pour les résidents, dont le but est de diminuer de façon significative les troubles du comportement et du sommeil nocturne des malades.

UN EHPAD SPÉCIALISÉ ALZHEIMER

En résumé

Choisir un établissement spécialisé pour un accueil de jour, temporaire ou permanent, c'est non seulement permettre au malade de freiner sa perte d'autonomie, mais grâce au maintien des capacités nécessaires aux actes de la vie quotidienne, c'est aussi soutenir ses proches et les situer intelligemment face à la maladie.

LA VISITE DE L'ETABLISSEMENT

Il s'agit d'une étape très importante, puisqu'elle réunit le résident, sa famille, et l'équipe soignante. C'est pourquoi on essaiera dans la procédure d'admission de fournir le maximum de renseignements qui permettront au futur résident de conserver son identité, et au personnel médical d'agir pour le mieux. Toutefois, en cas de décision de non-admission, la personne âgée et son entourage exigeront d'être orientés de la manière la plus adaptée.

- Il évite toutes réactions violentes et parfois catastrophiques du patient face à certaines situations grâce à la formation du personnel et de la famille.

- Ce choix protège aussi de façon significative des actes risqués comme la conduite automobile, les fugues, les accidents ménagers, le surdosage de médicaments, etc.

- Il freine et ralentit la fréquence des périodes d'agressivité et de démence.

- Il prévient des risques de chutes et des contorsions physiques : le patient peut circuler librement entouré d'un personnel compétent. Une telle sécurité est primordiale, car les chutes sont la principale source de grabatisation.

N° Vert 0800 941 340
contact@retraiteplus.fr • www.retraiteplus.fr
RETRAITE PLUS

UN ORGANISME INDÉPENDANT ET

Si vivre aux côtés d'un proche souffrant de la maladie d'Alzheimer n'est pas épreuve facile, que dire des tracas éprouvés par la famille lorsqu'il s'agit de trouver rapidement une place en maison de retraite adaptée et de l'investissement financier que cela engendre ?

Retraite Plus *en chiffres*

Retraite Plus a référencé 600 établissements de qualité en France.
Ce qui représente près de 50 000 lits sur tout le territoire national.
Retraite Plus, c'est plus de 20 000 familles qui nous font confiance.

Retraite Plus, *un service gratuit*

Pour faire face aux besoins des familles en recherche de maisons de retraite, l'organisme a choisi de réunir tous les moyens possibles pour offrir gratuitement aux familles le meilleur choix.

GRATUIT AU SERVICE DES FAMILLES

☑ Une sélection rigoureuse des meilleurs EHPAD de France

Visites régulières des Etablissements, Grille de critères sélectifs, inspections surprise par des professionnels en gérontologie, Questionnaires qualité auprès des familles ayant un proche résidant sur place...

☑ Un partenariat avec les EHPAD, à vocation qualitative et économique

Grille de critères qualité, Maintien et stabilité du niveau de prestations, Efficacité de gestion des places et des inscriptions, traitement des urgences en 24h.

☑ Un lien privilégié avec la famille

Accueil et Orientation des familles, Réponses professionnelles et attentives des besoins spécifiques de chacun, Aide et conseils pour l'intégration, Suivi.

Votre Conseillère RETRAITE PLUS
vous accompagne jusqu'à l'obtention d'une place adaptée dans les délais et tarifs requis.

Service Gratuit
d'orientation en Maison de Retraite

N° Vert 0800 941 340

contact@retraite.plus ● *www.retraiteplus.fr*

TÉMOIGNAGE
demande RÉPONSE ...

Voici un éventail de questions qui nous sont souvent posées et auxquelles nos conseillères ont tenté de répondre, vous aussi, n'hésitez pas à nous appeler sur notre numéro vert gratuit.

«Cela fait plus d'1 an que nous espérons une place en établissement public, est-ce normal ? D'autant que nous avons dû à plusieurs reprises, refuser une chambre dans le secteur privé, la maison de retraite publique nous faisant sans cesse espérer qu'une place pouvait se libérer sous peu.»

Michel. D. Saöne et Loire

Tout d'abord vous devez savoir qu'un lit pour une personne touchée par la maladie d'Alzheimer coûte plus cher au service public que dans le privé. Et pour cette raison, l'administration des hôpitaux publics est obligée de limiter considérablement le nombre de places, à tel point qu'il faut parfois attendre effectivement un à deux ans avant d'être accepté. On comprend pourquoi cette situation devient insupportable pour les familles qui ne comprennent pas le coût exorbitant du service public des hôpitaux en gériatrie, ni l'absence totale d'explications quant aux écarts de prix d'hébergement entre l'hôpital et la maison de retraite, et la différence de qualité des services.

Nathalie

Cinq ans avant le diagnostic, mon grand-père avait déjà beaucoup de difficultés à vivre seul, ne voulant pas quitter sa région, il a intégré une petite maison de retraite classique à côté de chez lui. Je me demande s'il ne faudrait pas envisager aujourd'hui un établissement plus spécialisé, bien que son état semble stationnaire ?

Valérie.V. Bouches du Rhône

D'abord, tout dépend de ce que vous appelez une maison de retraite classique : s'il s'agit d'un EHPAD, il dispose probablement d'une unité spécialisée avec des espaces sécurisés et un projet de soins spécifiques, dans ce cas, vérifiez s'il y a de la place. Une structure de ce type est la mieux adaptée aujourd'hui pour prendre en charge les patients atteints de la maladie d'Alzheimer, et favoriser le maintien des aptitudes encore existantes (a fortiori au stade encore léger de la maladie). Si ce n'est pas un EHPAD, n'hésitez pas à nous contacter directement pour en parler et lui trouver dans sa région une structure médicalisée plus adéquate.

Karine

«Ma mère (76 ans) a des trous de mémoire, s'ennuie beaucoup et refuse toutes activités. L'autre jour, elle s'est perdue dans sa propre rue mais est en déni total. Elle dit qu'elle va très bien. Vu le manque de places en établissement, dois-je commencer à chercher ?

Evelyne. R. Ile de France

Ce type de troubles n'est pas rare chez des personnes âgées bien portantes, la raison peut être juste un manque d'activités avec une petite déprime. Ces troubles de la mémoire comme «se perdre dans la rue» peuvent également être dus aux effets secondaires de certains médicaments (les anti-douleurs par exemple).

En fait, il ne faut pas s'alarmer inutilement et surtout ne pas inquiéter votre mère.

Première démarche, offrez-lui un bon bol d'air, une sortie en ville, une visite chez des amis ou une promenade à la campagne et vérifiez bien ses médicaments !

Si vos doutes subsistent, parlez-en à son médecin traitant afin qu'il préconise un diagnostic Alzheimer. Seulement après vous prendrez des mesures s'il y a lieu.

Anne-Sophie

«Je fais mon maximum pour ma mère malade, mais je me sens impuissante, je lis tout ce que je trouve sur cette terrible maladie mais rien ne m'aide vraiment. Les aides extérieures nous font souvent faux bond et la perspective d'une maison de retraite me culpabilise et me dérange.»

Hélène.S. Moselle

Ce que vous faites est extraordinaire, et c'est probable que votre mère attend beaucoup des soins que vous lui prodiguez. Elle s'attend même à ce que vous la compreniez et lui expliquiez sa nouvelle situation. Il s'agit là d'une tâche extrêmement difficile qui demande beaucoup de temps et d'énergie. Toutefois, il faut bien prendre garde à ne pas vous laisser déborder par les multiples pressions que cette responsabilité implique. Il est fondamental de garder la santé. N'hésitez pas à vous faire aider en vous orientant plutôt vers un établissement spécialisé qui accueillera comme il se doit votre parent, et pourquoi pas temporairement, le temps de vous reprendre. Ce sera également et surtout très positif pour votre mère qui rassurée et entourée par un corps médical et paramédical présent 24h sur 24 profitera mieux de vous reposée, et de votre sérénité retrouvée.

Edith

«Il déambule toute la journée. On l'a même retrouvé en pyjama dans la rue à 5h du matin...»

Pierre-Antoine. A. Isère

La fugue et la déambulation sont très fréquentes chez les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Surtout, n'essayez pas de l'en empêcher ! Une telle attitude pourrait avoir des retombées fâcheuses. Et faites attention, les sédatifs ne sont d'aucune utilité ! Non seulement, ils ne réduisent pas la déambulation, mais en plus ils peuvent causer des effets secondaires très nuisibles, tels que les chutes à répétition. Essayez de gérer les déambulations afin qu'elles s'effectuent dans les meilleures conditions de sécurité qui soient. Veillez à ce qu'une aide de nuit soit à ses côtés. Quand la personne devient fugueuse, il est préférable car plus sécuritaire, d'envisager une structure d'accueil adaptée avec du personnel nuit et jour, formé et entraîné.

Rébecca

« Mon père est très dépendant, or je cherche désespérément une place en établissement spécialisé, mais que faire quand toutes les portes sont fermées ?»

Edy. F. Var

A l'époque, faute de place dans les établissements spécialisés, les malades vivaient dans leurs familles. Heureusement, il existe aujourd'hui plus de 3000 EHPAD en France, à la disposition des familles pour les aider à faire face à la situation et à rééduquer progressivement les personnes atteintes.

Notre organisme par ailleurs, outre les efforts du gouvernement en matière de prise en charge pour les malades d'Alzheimer, est là pour vous aider à trouver de la place le plus rapidement possible.

Vous pouvez nous appeler au 0 800 941 340. Nous sommes informés en permanence des disponibilités sur toute la France et quel que soit le degré de dépendance des patients nous mettons tout en oeuvre pour vous trouver une place dans les délais requis.

Johanna

N° Vert 0800 941 340
contact@retraiteplus.fr • www.retraiteplus.fr

RETRAITE PLUS

TÉMOIGNAGE

demande RÉPONSE ... *(SUITE)*

« Ma soeur de 73 ans ne nous reconnaît plus, elle oublie de s'alimenter, et il arrive qu'elle fasse ses urines sous elle, et depuis quelques mois, elle ne rit plus. Ses enfants souhaitent la garder le plus possible chez elle où elle vit depuis 30 ans, et ont mis en place une infirmiere le matin pour sa toilette, qui la fait déjeûner, une aide ménagère le midi pour la faire manger, et une femme de ménage le soir pour la faire dîner et la coucher en semaine. Le week-end, nous nous relayons. Est-ce que dans ce cas, le maintien à domicile est une bonne alternative ? »

Albert. W. Nord - Pas de Calais

Vouloir garder votre soeur à son domicile à tout prix sous prétexte qu'elle y vit depuis 30 ans n'est pas une bonne idée et elle vient davantage rassurer et « déculpabiliser » votre famille qu'assurer la sécurité de votre soeur...

D'autre part, un maintien à domicile sans une tierce personne en permanence jour et nuit, 24h sur 24, représente trop de risques. Les personnes qui ont la maladie d'Alzheimer ont des nuits souvent agitées, ils déambulent et ont souvent envie de prendre un repas au milieu de la nuit... Même si vous employez en cumulé, une infirmière, un kiné et une aide-ménagère il reste beaucoup trop de temps sans personne à la maison et où il peut arriver n'importe quel incident fâcheux (fugues, accidents domestiques multiples, etc...)

Un maintien à domicile 24h sur 24, représente en outre un coût important et un réaménagement total du cadre de vie, plus d'escaliers, lit médicalisé si possible, barres d'appui sur les murs, sièges rehausseurs de WC, adaptation de la salle de bains pour une toilette pratique, etc...

D'autre part, il faut savoir que votre soeur vit actuellement « dans l'instant » et de ce fait, n'est pas en mesure de regretter sa maison. En revanche, elle peut avoir du plaisir dans une institution où l'on s'occupe d'elle.

Anne-Sophie

«Existe-t-il des formations pour aider les familles des malades atteints de la maladie d'Alzheimer ?»

Julienne. S. Gironde

De nombreux projets sont en cours. Une formation spécifique et gratuite a déjà été lancée le 9 décembre 2008 à Montpellier afin d'aider les proches des victimes d'Alzheimer à mieux accompagner leur malade et à prendre soin d'eux-mêmes. L'état de santé de l'aidant est primordial pour le malade. L'un des buts de cette formation est de déculpabiliser l'entourage et de l'inciter à ne pas avoir une relation sacrificielle avec son proche.

Anne-Sophie

« Mon oncle n'est plus apte à juger de son état. Aussi il a été décidé de lui trouver une maison de retraite. Il hurle à la mort chaque fois qu'on en parle, que faire ? »

Claire-Anne. L. Oise

Ne pas forcer. Si rester à domicile présente un danger pour lui, alors vous ferez le choix à sa place, mais seulement dans ce cas. Dans le doute demandez conseil à un spécialiste. Pour vous rassurer, la prise en charge en EHPAD est souvent bien vécue à court terme, car sécurisante pour le patient.

Edith

LES QUALITÉS DE FONCTIONNEMENT DE RETRAITE PLUS

Un choix impartial

RETRAITE PLUS est un organisme indépendant qui sélectionne en toute objectivité ses maisons de retraite. Proche des grands groupes français avec lesquels des intervenants visitent des établissements afin d'accepter ou de refuser d'inscrire la résidence sur la base de données nationale de Retraite Plus. Nous ne recommandons les maisons de retraite que si elles répondent véritablement à une série de critères qualité stricts établis par l'organisme.

Une sélection évolutive des meilleures maisons de retraite

Nous visitons et contrôlons régulièrement des maisons de retraite afin de pouvoir les recommander aux familles en connaissance de cause. De plus et pour une parfaite transparence, des questionnaires qualité sont effectués systématiquement auprès des personnes ayant un proche sur place. Notre sélection est évolutive toute l'année avec pour objectif de maintenir un haut niveau de prestations au sein des maisons de retraite que nous préconisons.

Une mise à jour quotienne des lits disponibles sur toute la France

Sur simple appel, nous vous informons des disponibilités, des tarifs et des critères d'encadrement de la structure proposée dans la région et/ou la ville qui vous intéresse.

Une bonne gestion des urgences avec possibilité d'inscription sous 48h

Notre principe de fonctionnement nous permet de gérer les urgences partout en France après une étude équilibrée de vos besoins et de vos contraintes pour vous apporter une réponse positive et appropriée dans la journée, si nécessaire.

Un service continu totalement gratuit

Aucune participation financière, ni cotisation ne seront demandées aux familles qui nous sollicitent. Plus encore les familles ont accès à un numéro vert gratuit et national disponible 5 jours sur 7, de 8h à 20h du lundi au jeudi et de 8h à 16h le vendredi.

Plus qu'une implication, une vocation partagée

Toutes nos conseillères ont été confrontées un jour ou l'autre à rechercher pour un parent, pour un ami ou une relation, un lieu d'accueil pour personnes âgées. C'est grâce à leur histoire qu'elles ont décidé de rejoindre notre organisme pour mettre à disposition des familles leur savoir et leurs expériences accumulés au cours de ces recherches.

Un accompagnement professionnel et personnalisé des familles

Notre vocation ne se limite pas à la seule recherche d'institutions spécialisées pouvant convenir à votre proche malade. Tout au long de votre démarche, au cours de vos visites, nos conseillères vous aident en répondant à chaque étape aux questions qui vous préoccupent. Avec nos conseillères, vous n'êtes plus jamais désemparé et vous bénéficiez d'un suivi personnalisé jusqu'à ce que votre recherche ait réellement abouti et trouvé réponse adéquate.

N° Vert 0800 941 340

contact@retraiteplus.fr • www.retraiteplus.fr

Trouvez une place en EHPAD spécialisé en

24h

partout en France

Quels que soient
l'urgence ou
la durée du séjour,
la région et le budget
Appelez maintenant
Votre Conseillère RETRAITE PLUS

Plus de 20 000 familles nous font confiance

Service Gratuit
d'orientation en Maison de Retraite

N° Vert 0800 941 340

contact@retraiteplus.fr • www.retraiteplus.fr

RETRAITE PLUS