



Comment communiquer avec une personne atteinte de démence?

Conseils pratiques

Qu'est-ce qu'une démence ?

La démence est une affection qui entraîne une détérioration du fonctionnement intellectuel.

Elle se caractérise par un déclin des facultés mentales, notamment des fonctions cognitives :

- mémoire
- attention
- parole
- orientation
- capacité à reconnaître des personnes
- planification d'activités
- organisation de la vie courante.

Ces symptômes s'accompagnent d'une modification du comportement et de l'humeur :

- agitation
- angoisse
- dépression (parfois hallucinations).

Il s'agit d'un processus irréversible qui conduit progressivement à une perte d'autonomie.

Parmi les différents types de démence, la maladie d'Alzheimer est la plus fréquente.

Communiquer avec une personne atteinte de démence n'est pas facile. Cela demande une adaptation constante aux capacités de votre interlocuteur.

Quelques règles simples

- saluez-la, présentez-vous et parlez clairement
- assurez-vous de son confort
- prévoyez et prenez du temps
- mettez-vous en face, à la même hauteur, pour attirer son regard
- installez-vous dans un lieu calme et éclairé
- pensez à ses lunettes, prothèses auditives et dentaires
- servez-vous des mots et aussi des gestes
- ne donnez qu'une information à la fois
- posez des questions simples dont la réponse est oui ou non.

Savoir écouter

- faites-lui répéter une fois, pas davantage, en cas d'incompréhension
- reconnaissez ses sentiments et émotions et dites-le («je vous sens triste»)
- ne la jugez pas et n'exigez pas qu'elle abandonne ses convictions
- établissez, au besoin, un contact physique avec la main à un endroit neutre du corps, comme le bras, sans le serrer
- valorisez l'échange et remerciez.

proche ?

La communication passe par la tendresse, le toucher, la disponibilité, une attitude chaleureuse et réceptive.

Evitez de

- contredire
- critiquer
- gronder
- punir
- infantiliser en geste et en parole
- placer la barre trop haut
- multiplier les messages durant l'entretien.

Gérer l'agressivité

Il faut du temps pour comprendre que l'agressivité est due à la maladie et qu'elle n'a rien de personnel. Vous aurez besoin de patience pour découvrir pourquoi votre proche réagit parfois si violemment.

Faire preuve d'empathie

Se mettre à la place de l'autre permet de réduire la fréquence et l'impact des comportements agressifs.

Rappelez-vous que vous faites de votre mieux !

La maladie d'Alzheimer est exigeante car elle demande beaucoup d'attention de la part des proches. Il faut réapprendre à connaître celui ou celle que l'on connaissait et accepter de ne pas être reconnu complètement.

La démence affecte aussi les facultés du langage : les malades ne parviennent plus à exprimer leurs besoins et ils sont mal compris. Les comportements dépressifs ou violents sont parfois la conséquence de cette incapacité à communiquer.

Stimuler les sens

Dans un stade avancé de la maladie, quand la parole ou d'autres fonctions disparaissent, les perceptions sensorielles restent intactes. Stimulez l'odorat et le toucher avec des massages aux huiles parfumées, le toucher avec des objets divers comme des peluches, du bois.

Adresses utiles

Association suisse Alzheimer

Rue des Pêcheurs 8E
1400 Yverdon
Tél. 024 426 20 00
info@alz.ch
www.alz.ch

Section Genève

Chemin des Fins 27
1218 Grand-Saconnex
Tél. 022 788 27 08

Groupe d'entraide Alzheimer

Antenne téléphonique : 022 788 27 08
les mardi et jeudi de 9h à 12h

Impressum

Cette brochure a été élaborée par le service des soins continus (secteur Loëx).
Réalisation: groupe BIPP (Brochures d'Information pour Patients et Proches) des HUG.
Dessin de couverture: Simon Tschopp.