

Les personnes atteintes d'Alzheimer ou d'une autre forme de démence souhaitent vivre le plus longtemps possible de manière autonome dans leur environnement habituel. Leur état altère leur capacité à s'orienter et à accomplir les activités quotidiennes. Il est donc fort possible que vous les remarquiez du fait de leur comportement. Vous pouvez largement contribuer à l'intégration de personnes atteintes d'Alzheimer ou d'une autre forme de démence en étant attentifs à elles et en leur offrant votre soutien.


Quelques conseils

- Approchez la personne de face.
- Ecoutez-la attentivement, établissez le contact visuel avec elle.
- Evitez toute précipitation et allez tout de suite à l'essentiel.
- Formulez des phrases simples et parlez lentement.
- Posez-lui des questions auxquelles elle peut répondre par oui ou par non.
- Aidez-la en lui fournissant les mots qui lui manquent.
- Prenez ses problèmes et ses angoisses au sérieux.
- Faites preuve de compréhension et essayez de lui prodiguer un sentiment de sécurité.
- Ne la contredisez pas en cas d'incohérences dans ses déclarations ou ses histoires.
- Ne prenez pas ses accusations personnellement et restez calme.
- Observez attentivement la personne et intervenez si vous pensez que cela est nécessaire pour assurer la protection de la personne atteinte d'Alzheimer ou de tiers.

Ce que vous pouvez faire en plus

Contactez si possible la famille ou un proche et discutez avec eux de solutions pratiques pour résoudre des problèmes concrets. Vous devez tenir compte ici aussi bien des besoins des personnes concernées que des intérêts des autres.

Si vous souhaitez obtenir des conseils, appelez le Téléphone Alzheimer national **024 426 06 06** ou contactez la section de votre canton. Vous trouverez les adresses des sections et des informations supplémentaires sur **www.alz.ch**.



**Déjà oublié ce
que vous venez
de lire?**

**Alzheimer ou une autre forme de
démence peut toucher tout le monde.**

MEMO-INFO.CH

Une campagne de l'Association Alzheimer et de Pro Senectute

Association Alzheimer Suisse

Rue des Pêcheurs 8E

1400 Yverdon-les-Bains

Téléphone 024 426 20 00

info@alz.ch

www.alz.ch

Téléphone Alzheimer national 024 426 06 06

Le lundi de 8h à 19h sans interruption

Du mardi au vendredi

de 8h à 12h et de 14h à 17h

Copyright:

Association Alzheimer Suisse

Yverdon-les-Bains, 2015

Côtoyer des personnes atteintes d'Alzheimer



Côtoyer des personnes atteintes d'Alzheimer

Dans votre vie privée ou professionnelle, vous côtoyez peut-être des personnes atteintes d'Alzheimer ou d'une autre forme de démence. Pour les aider et les intégrer, il est important de connaître les effets de la maladie, afin d'éviter obstacles et malentendus. Cette brochure contient des informations générales et des conseils pratiques au quotidien.

Le terme de démence désigne une maladie qui se manifeste par la dégradation de plusieurs fonctions cérébrales. Les troubles de la mémoire, présents dans la plupart des formes de démence, s'accompagnent de déficits dans au moins un autre domaine: la personne peut avoir des difficultés à s'exprimer, à agir, à reconnaître des gens ou des objets, à planifier et organiser son quotidien.

Signes annonciateurs

La personne atteinte de démence

- éprouve des difficultés à apprendre de nouvelles choses ou à se les rappeler,
- a de la peine à parler,
- ne trouve plus ses mots,
- ne reconnaît plus certains objets, personnes ou lieux,
- a du mal à compter l'argent, à gérer ses paiements,
- n'arrive plus à accomplir des gestes autrefois évidents,
- a de la peine à planifier et organiser son quotidien,
- a des difficultés à se repérer dans l'espace et le temps,
- ne s'habille pas en fonction de la saison ou du moment de la journée,
- néglige son apparence physique et son hygiène personnelle,
- agit de façon étrange ou prend des décisions inhabituelles,
- se replie sur elle-même ou devient apathique.



Evolution

Les démences sont classés selon trois stades: «léger», «modéré» et «sévère».

Une **démence légère** présente les symptômes suivants:

- oubli d'événements récents ou d'informations nouvelles,
- dépressions et sautes d'humeur,
- difficulté à s'orienter dans l'espace et dans le temps,
- difficulté à accomplir les tâches quotidiennes.

A ce stade, les personnes atteintes de démence ont besoin d'aide ponctuellement.

La **démence modérée** présente les symptômes suivants:

- angoisses, nervosité, agitation, déambulation,
- réactions agressives et colériques, emportement, panique,
- délires et hallucinations,
- méfiance, fugues.

A ce stade, les personnes atteintes de démence ont besoin d'aide ponctuellement.

La **démence sévère** présente les symptômes suivants:

- dégradation massive des facultés intellectuelles,
- disparition de la parole,
- perte progressive de la mobilité,
- incontinence.

A ce stade, les personnes atteintes de démence ont fortement besoin de soins.



Fréquence et causes

En Suisse, plus de 116 000 personnes sont atteintes d'Alzheimer ou d'une autre forme de démence.*

Les causes sont multiples. L'âge joue un rôle important: le risque d'être atteint d'une démence avant 60 ans est minime, mais double ensuite environ tous les cinq ans. Aujourd'hui, la proportion des personnes atteintes de démence est d'environ 5 % chez les 70 à 79 ans, de 16 % chez les 80 à 89 ans et d'une sur trois chez les 90 ans et plus. Les formes les plus fréquentes de démence sont la maladie d'Alzheimer et la démence vasculaire. A ce jour, la maladie d'Alzheimer est encore incurable mais elle peut être traitée.

*Statistiques de la population 2013 et chiffres clés de l'Association Alzheimer Suisse