



L'INTERVENTION EN ERGOTHÉRAPIE ALZHEIMER

QU'EST-CE QUE L'ERGOTHÉRAPIE?

La vie est composée d'activités ou d'occupations quotidiennes significatives, comme se promener, faire du sport, faire de la peinture, préparer un repas, prendre soin de soi et d'autres personnes, entretenir son domicile, travailler, sortir avec les amis, etc. Les occupations donnent un sens à la vie et fondent notre identité.

Lorsque qu'une maladie, un handicap, une blessure ou des circonstances sociales ou environnementales, nous empêchent de réaliser des occupations quotidiennes, l'ergothérapeute peut aider à trouver des solutions afin de favoriser la reprise autonome des activités, améliorer la qualité de vie et prévenir la survenue d'autres troubles.

« L'ergothérapie est l'art et la science de faciliter la participation à la vie quotidienne, à travers l'occupation ; l'habilitation des gens à effectuer les occupations qui favorisent la santé et le bien-être ; la promotion d'une société juste et n'excluant personne afin que tous puissent participer de leur plein potentiel aux activités quotidiennes de la vie ».

Townsend & Polatajko, 2007

L'ALZHEIMER

La maladie d'Alzheimer est le trouble neurocognitif le plus commun. C'est une maladie neurodégénérative qui détruit les cellules du cerveau. Ceci entraîne, avec le temps, une détérioration de la mémoire et des autres capacités cognitives. La maladie d'Alzheimer ne fait pas partie du processus normal de vieillissement et elle est irréversible.

En raison des impacts cognitifs, émotionnels, physiques et comportementaux associés à cette maladie, les personnes qui en sont atteintes font face à plusieurs obstacles en lien avec la réalisation de leurs activités quotidiennes. Les impacts occupationnels observés chez ces personnes sont différents selon les stades de la maladie, et deviennent plus graves avec sa progression. En effet, les difficultés à réaliser certaines activités complexes et/ou non-familiales se manifestent dès le début de la maladie. La réalisation des activités familiales et routinières est conservée aux stades précoces, mais devient plus difficile dans les stades plus avancés.

L'ergothérapeute peut donc travailler avec la personne atteinte de cette maladie afin de compenser ses incapacités et limiter au maximum la perte d'autonomie, afin de lui permettre de maintenir sa participation dans ses activités le plus longtemps possible, tout en étant en sécurité.

IMPACTS SUR LA VIE QUOTIDIENNE

Quel que soit le stade de la maladie, les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer peuvent éprouver des difficultés à plusieurs niveaux, par exemple:

- Conduire seul en toute sécurité;
- Se déplacer dans des endroits non-familiers;
- Gérer ses finances personnelles;
- Choisir ses propres vêtements, en concordance avec la saison, par exemple;
- Réaliser des tâches domestiques (cuisine, vaisselle, lessive, courses, gérer ses finances, etc.);
- Communiquer verbalement;
- Prendre soin de soi (prendre son bain, s'habiller, se coiffer, se raser, prendre ses médicaments, etc.);
- Pratiquer ses loisirs;
- Diminution du niveau d'activité physique, menant progressivement à une gabatisation.

RÔLE DE L'ERGOTHÉRAPEUTE

Auprès des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, l'ergothérapeute adopte une approche centrée sur la personne, qui lui permet de reconnaître son unicité et d'en prendre compte dans l'intervention. Il peut alors :

-  Évaluer les fonctions cognitives et motrices ainsi que le niveau d'indépendance dans la réalisation des activités quotidiennes;
-  Maintenir, restaurer ou compenser les capacités résiduelles cognitives et physiques ainsi que l'orientation et le maintien dans la réalité;
-  Favoriser la mise en place de stratégies permettant la gestion des symptômes spécifiques à la maladie d'Alzheimer (*agitation, agressivité, anxiété, etc.*);
-  Stimuler les fonctions sensorielles de la personne, permettant d'orienter l'attention du patient sur ce qu'il ressent, de favoriser le bien-être corporel et d'augmenter la participation dans certaines activités;
-  Assurer un positionnement optimal afin de permettre la réalisation des activités et d'éviter les complications (escarres, déformations);
-  Préserver un maximum d'autonomie dans la réalisation des activités qui sont importantes et signifiantes pour la personne, malgré la diminution des habiletés causée par la maladie d'Alzheimer;
-  Proposer des solutions alternatives pour réaliser les activités ainsi que l'utilisation d'aides techniques afin de compenser les incapacités présentes;
-  Mettre en place un horaire occupationnel pour permettre la conservation d'une routine saine et familière, tout en privilégiant le choix d'occupations connues et faciles à réaliser pour éviter les expériences d'échec;
-  Proposer des aménagements afin de sécuriser l'environnement pour permettre la réalisation d'activités avec le minimum de risques possible et ainsi éviter les accidents;
-  Éduquer les aidants par rapport aux changements qui surviennent suite à cette maladie et leur impact sur le quotidien, afin qu'ils puissent y faire face tout en favorisant une communication optimale avec la personne;
-  Collaborer avec les aidants afin de déterminer les besoins de la personne en termes d'aide et d'optimiser son autonomie fonctionnelle;
-  Travailler avec les proches-aidants, afin de mettre en place des stratégies efficaces pour réduire leur fardeau, permettant ainsi une meilleure qualité de vie.

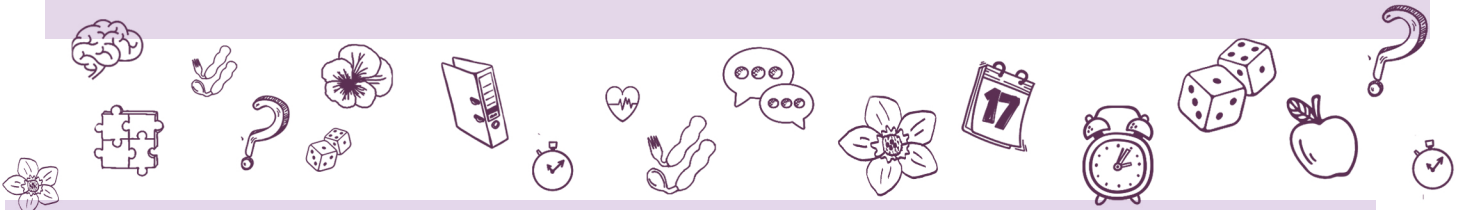
TÉMOIGNAGES



Joseph est âgé de 86 ans. Il est atteint de la maladie d'Alzheimer depuis plusieurs années et celle-ci a progressé vers un stade avancé depuis quelques mois. Il a donc récemment été admis dans une résidence pour personnes âgées, pour bénéficier de soins que sa famille n'est plus capable de lui procurer. En effet, Joseph est devenu de plus en plus dépendant pour la réalisation de ses soins personnels. De plus, depuis son arrivée à la résidence, il est agressif avec le personnel soignant et envers les autres résidents, et résiste beaucoup aux soins. Il refuse de prendre son bain, recrache sa nourriture et ses médicaments et essaye constamment de sortir de l'unité de soins, parce qu'il dit vouloir rentrer chez lui.

Afin de favoriser son adaptation au sein de la résidence, l'ergothérapeute :

- Collabore avec la conjointe de Joseph pour déterminer ses habitudes et routines antérieures afin d'améliorer son intégration à la résidence;
- Développe un horaire d'activités pour Joseph afin de lui donner des repères précis et de permettre son intégration aux différentes activités offertes par la résidence;
- Détermine les capacités actuelles de Joseph afin de favoriser sa participation maximale dans les différentes activités de soins personnels, et ainsi réduire sa résistance aux soins;
- Utilise la stimulation sensorielle afin de favoriser son bien-être et encourager la participation aux activités de soins personnels;
- Guide l'équipe soignante afin qu'ils appliquent des stratégies de communication et d'interaction respectueuses et efficaces avec lui afin de réduire son agressivité et sa résistance aux soins.



Mona a récemment été diagnostiquée de la maladie d'Alzheimer. Sa fille a insisté pour qu'elle consulte un médecin après avoir remarqué qu'elle commence à avoir des problèmes de mémoire et oublie de faire certaines choses. Entre autres, elle ne se souvient pas toujours de prendre ses médicaments. De plus, lorsqu'elle cuisine, elle oublie parfois d'ajouter certains ingrédients, ou bien, au contraire, les ajoute deux fois. De même, à plus d'une reprise, Mona s'est égarée alors qu'elle était sortie faire ses courses au mini-marché du quartier et n'était pas en mesure de retrouver son chemin pour rentrer chez elle.

Elle travaille avec l'ergothérapeute, qui :

- Cible les activités que Mona doit accomplir et la meilleure façon pour elle de les réaliser (faire la cuisine, faire ses achats, etc.);
- Propose d'utiliser des aides externes (alarme, aide-mémoire, agenda, etc.) pour qu'elle se rappelle de réaliser certaines tâches, comme la prise des médicaments;
- S'assure que Mona puisse adopter certaines stratégies lorsqu'elle désire sortir de son domicile (utilisation d'un téléphone portable, sortie accompagnée, etc.);
- Utilise la méthode d'apprentissage sans erreur pour permettre à Mona d'intégrer les nouvelles techniques enseignées.

