

Aider un résident atteint de démence à prendre son bain



RIA RESEARCH
INSTITUTE
for AGING

Schlegel • UWaterloo • Conestoga

Enhancing Life

Aider un résident atteint de démence à prendre son bain

La plupart des gens considèrent que prendre un bain est une activité hautement personnelle et privée. Une personne peut se sentir mal à l'aise et vulnérable lorsqu'elle a besoin d'aide pour prendre son bain. Pourtant, le bain peut être une activité relaxante et agréable. Une personne atteinte de démence pourrait se sentir de la même façon.

Cette fiche de conseils offre quelques renseignements de base sur la démence et les stratégies à privilégier pour respecter la dignité et la pudeur de la personne tout en offrant une aide au bain ou à la baignoire à remous aux résidents atteints de démence.

La démence

Les personnes atteintes de démence peuvent voir le monde différemment en raison des altérations de leurs fonctions sensorielles, d'une meilleure mémoire à long terme qu'à court terme, des facteurs environnementaux ou d'autres facteurs. Elles peuvent aussi avoir une perception erronée des choses (par exemple, confondre une ombre avec une personne) parce qu'elles ne peuvent pas voir clairement les objets. À mesure que la maladie progresse, il devient plus facile de se rappeler des souvenirs les plus anciens que des souvenirs plus récents.¹ Cela signifie que les personnes atteintes de démence peuvent utiliser des souvenirs d'événements du passé pour les aider à comprendre leur monde actuel. C'est pourquoi les proches aidants peuvent ne pas comprendre ou interpréter immédiatement les paroles, les actes ou les gestes de la personne.

N'oubliez pas que la réalité de la personne atteinte de démence lui semble authentique même si elle diffère de ce que vous vivez. Il est important de respecter sa réalité. Cela pourrait signifier suivre une histoire qu'elle vous raconte et qui vous semble irréaliste.²

Aider une personne à bien vivre avec la démence

Pour que les personnes atteintes de démence maintiennent un sentiment de bien-être, elles doivent vivre dans un environnement social rassurant, où elles sont acceptées, respectées, ont des relations significatives et sont encouragées à s'épanouir.

Il existe de nombreuses façons de créer un environnement rassurant :

- Apprenez à connaître la personne et témoignez-lui du respect (par exemple, saluez-la en l'appelant par son nom, établissez le contact visuel, communiquez activement avec elle et écoutez-la attentivement).
- Entrez en relation avec la personne au lieu de la corriger. Partagez un moment avec elle même si sa réalité ou sa perception du moment est différente de la vôtre.
- Tenez compte des émotions de la personne et répondez avec respect et empathie.
- Travaillez avec la personne plutôt que pour elle. Aidez-la à utiliser ses capacités et à avoir son mot à dire dans les décisions.

- Donnez à la personne les moyens et le soutien nécessaires pour faire ce qu'elle ne pourrait pas faire autrement. Créez des occasions de lui donner un sens ou un objectif dans sa vie.
- Suivez le courant en vous adaptant aux besoins et aux désirs de la personne.
- Respectez les rythmes d'activités et les habitudes de vie quotidiens de la personne².

Il existe également des façons rassurantes d'aborder une personne atteinte de démence et de communiquer avec elle :

- Approchez-vous d'un résident de l'avant, pas du côté ni de l'arrière.
- Parlez toujours à la personne à son niveau et face-à-face.
- Soyez toujours conscient de l'espace personnel des résidents et découvrez où se trouve leur zone de confort.
- Même si vous travaillez quotidiennement avec un résident, il est possible qu'il ne vous reconnaisse pas s'il est atteint de démence. Commencez toutes les interactions avec le résident en vous présentant.
- Expliquez lentement et calmement ce que vous allez faire. Même s'il y a des choses que vous avez déjà dites plusieurs fois, il est possible que vous deviez les répéter à plusieurs reprises soit en gestes soit en paroles.
- Si un résident ne peut s'exprimer par la parole, posez-lui quand même des questions et lisez son langage corporel. Vous favoriserez ainsi son autonomie en lui offrant une approche inclusive.
- Présentez des propositions plutôt que des questions ouvertes.
- N'oubliez pas que 30 % de ce que nous disons est verbal et 70 % est exprimé par notre langage corporel et les résidents peuvent parfaitement savoir le lire.
- Demandez au résident de vous parler de lui-même.
- Demandez-lui quelles sont ses activités préférées, ce qui lui procure de la joie.
- Demandez au résident de vous dire comment il aimerait que les choses soient faites.
- Encouragez l'autonomie en aidant le résident à prendre son bain lui-même. Les choses que les résidents peuvent faire eux-mêmes peuvent changer d'un jour à l'autre.

Lorsque vous donnez un bain à un résident atteint de démence, vous devez surveiller les signes verbaux et non verbaux qui indiquent s'il apprécie ou non l'expérience. La douleur ou le malaise peuvent s'exprimer par un froncement de sourcils, une grimace, une tension musculaire, une posture rigide, une retenue de sa respiration ou une agitation du corps. Si un résident n'est pas à l'aise avec le bain, il est important d'être conscient de son niveau d'anxiété causé par cette activité. Si vous apprenez quelque chose de nouveau sur le résident, faites-en part à d'autres aidants pour que cela soit ajouté à son programme de soins.

Le bain

Voici quelques conseils pour rendre l'activité de bain agréable et sécuritaire pour un résident atteint de démence :

- Créez une ambiance détendue avec un éclairage doux, de la musique, une température ambiante chaude et des serviettes chaudes.
- Avant de commencer, demandez-lui ce qu'il préfère dans un bain et offrez-lui des réponses possibles (eau tiède ou chaude, bain moussant ou non moussant, etc.).

- Respectez son besoin de pudeur : laissez le résident porter ses sous-vêtements ou un maillot de bain, ou encore s'enrouler dans une serviette s'il le souhaite.
- Entretenez une conversation pendant que vous préparez le bain.
- Placez une serviette ou une bande de ruban adhésif de couleur sur le bord de la baignoire pour qu'il soit plus facile de distinguer le rebord.
- Donnez une débarbouillette au résident pour lui occuper les mains durant le bain.
- Il est peut-être acceptable de lui laisser son appareil auditif ou ses lunettes. Dans ce cas, faites attention de ne pas mouiller l'appareil auditif. Si vous lavez les cheveux du résident, enlevez l'appareil juste avant de commencer.
- Si un résident ne peut s'exprimer par la parole, il peut utiliser des gestes pour indiquer que quelque chose ne va pas bien. Si l'eau est trop froide ou trop chaude, il pourrait par exemple agiter ses bras ou crier, mais sans être capable de vous dire que quelque chose ne va pas. Cherchez alors les causes profondes de tous ses gestes.
- Arrêtez si le résident en a assez.
- Si le résident refuse constamment de prendre son bain, accompagnez-le dans la salle de bain avant d'aborder le sujet.
- Demandez à quelqu'un avec qui la personne atteinte de démence se sent à l'aise de venir vous aider à l'heure du bain. Parlez-en à d'autres aidants qui font peut-être face au même problème.

Remerciements

LIVING the Dementia Journey (LDJ) est un programme de formation (en anglais) primé et fondé sur des données probantes pour ceux qui soutiennent les personnes atteintes de démence. Les participants acquièrent une prise de conscience et une compréhension qui changent non seulement la façon dont ils perçoivent la démence, mais aussi la façon dont ils soutiennent les personnes atteintes de cette maladie. Cette formation a été créée par le Programme Murray d'éducation et de recherche sur la maladie d'Alzheimer en collaboration avec les personnes atteintes de démence et leurs proches aidants. Pour de plus amples informations sur cette formation, consultez la page <https://the-ria.ca/resources/living-the-dementia-journey/>.

Le Dr Allen Power est titulaire de la chaire de recherche Schlegel sur le vieillissement et l'innovation en démence à l'Institut de recherche sur le vieillissement Schlegel-UW.

Pour en apprendre davantage sur les soins axés sur la personne, consultez la page (en anglais) : <https://the-ria.ca/resources/working-together-to-put-living-first/>

Références

1. Power, G. A. (2010). *Dementia beyond drugs: Changing the culture of care*. Baltimore, Maryland: Health Processions Press, Inc.
2. Schlegel-UW Research Institute for Aging. (2017). *LIVING the Dementia Journey: Fostering Community through Authentic Care Partnerships*.
3. La Société Alzheimer Canada (2017) *Le bain*. Accessible au <https://alzheimer.ca/fr/Home/Living-with-dementia/Day-to-day-living/Personal-care/Bathing>.