

VRAI/FAUX

S'occuper des comptes d'un malade, c'est faire preuve d'indiscrétion.

Faux. Il s'agit de protéger ses intérêts et de se préoccuper de son avenir. Plusieurs solutions existent : procuration sur les comptes, curatelle, tutelle... Pensez aussi à mettre son chéquier à l'abri.

Placer un malade en institution, c'est l'abandonner.

Faux. C'est lui offrir une prise en charge adéquate et lui assurer un environnement sécurisé. Soulagé du stress de son accompagnement quotidien, vous vivrez avec lui une relation plus sereine.

La conduite automobile est dangereuse pour un malade d'Alzheimer.

Vrai et faux. Cela dépend des troubles cognitifs initiaux et de leur évolution. C'est le médecin qui peut estimer, après examen, si l'état du patient lui permet encore de conduire, et, ensuite, en parler avec lui et sa famille.

Il existe des gardes itinérantes de nuit.

Vrai. Leur visite peut être programmée chaque nuit ou intervenir sur demande. Elles sont encore assez peu développées.

Les consultations mémoire s'adressent seulement aux personnes malades.

Faux. Elles permettent de dépister ou de confirmer la maladie et de participer au suivi des malades. Mais elles ont également pour mission de rassurer les patients souffrant de troubles bénins de la mémoire.

Avec la Mutualité Française, la santé avance!

Premier mouvement social du pays, la Mutualité Française fédère la quasi-totalité des mutuelles santé en France qui protègent plus de 38 millions de personnes. Depuis toujours, elle se bat pour élever le niveau de protection sociale et améliorer la santé de la population.

Des mutuelles solidaires

Les mutuelles sont des sociétés de personnes (et non de capitaux) à but non lucratif, dont les adhérents élisent les responsables.

Au sein de la Mutualité Française, elles défendent le droit d'accès aux soins de qualité pour tous et ne pratiquent ni sélection ni discrimination. Prévention, accompagnement tout au long de la vie, orientation vers des soins de qualité...

Face aux aléas de la vie, les mutuelles se mobilisent pour répondre aux besoins de santé de leurs adhérents et de leur famille.

Écoute, Qualité, Innovation, Solidarité : 2 000 services de soins et d'accompagnement mutualistes s'engagent pour votre santé

Acteurs essentiels dans le domaine de la santé, les mutuelles de la Mutualité Française assurent à leurs adhérents des prestations de qualité, au meilleur coût. Elles gèrent 2 000 services de soins et d'accompagnement, répartis dans toute la France. Forte du premier réseau sanitaire et social du pays, qui rassemble cliniques, centres de santé, centres dentaires, centres d'optique, centres d'audition, pharmacies, établissements pour personnes âgées et handicapées, crèches... la Mutualité Française possède toute la légitimité et l'indépendance nécessaires à la diffusion de conseils santé.

Retrouvez les conseils santé de la Mutualité Française sur : www.mutualite.fr



Mutualité Française, la santé en toute confiance

Mieux vivre avec un malade d'Alzheimer



www.mutualite.fr

La France compte environ 860 000 malades d'Alzheimer et 225 000 nouveaux cas sont recensés chaque année. Derrière ces chiffres, ce sont autant de familles, victimes indirectes de la maladie, qui doivent réorganiser leur vie quotidienne afin de prendre en charge leur proche. Le plan Alzheimer 2008-2012 lancé par le gouvernement va développer de nouveaux moyens pour mieux venir en aide aux malades et à leur entourage.

➔ Vivre au quotidien avec un malade

La maladie d'Alzheimer est la principale forme de « démence » chez la personne âgée. Elle se manifeste par des troubles de la mémoire, du langage, de la capacité d'agir, du jugement, de l'humeur et du caractère. Ces troubles engendrent une perte d'autonomie à laquelle l'entourage doit s'adapter.

Parmi les comportements à privilégier :

- Traitez toujours le malade avec **respect et dignité**.
- **Faites-lui sentir que vous l'aimez** (gestes tendres, sourire, voix douce, etc.).
- Pour maintenir la communication, parlez-lui bien en face, utilisez des mots simples, posez des questions courtes et répétez.
- Préservez le plus longtemps possible son environnement familial. Attention toutefois à **sécuriser le logement**



(fenêtres, escaliers, gaz, robinets...).

- Soyez attentifs à sa santé. Au programme : une alimentation équilibrée et des activités physiques (marche, natation, jardinage). Enfin, des visites régulières chez le médecin s'imposent.

➔ À quelles aides le malade a-t-il droit ?

Soins médicaux, emploi d'une aide à domicile, accueil en institution... **La prise en charge d'un malade d'Alzheimer a un coût.** C'est une affection de longue durée qui bénéficie de la gratuité des soins médicaux. Pour aider les familles, le malade peut aussi **percevoir des prestations sociales** : allocation personnalisée d'autonomie (Apa), allocation tierce personne, allocation adulte handicapé, allocation logement, réduction d'impôts, etc. Le médecin, les services sociaux de la mairie, la caisse d'allocations familiales ou la caisse de retraite vous renseigneront sur les prestations auxquelles le malade a droit. Même aux phases les plus graves de la maladie, une amélioration de la qualité de vie des malades et de leur entourage demeure possible.

➔ Préparer l'entrée en institution

C'est une étape inéluctable à plus ou moins long terme.

Alors, mieux vaut la préparer pour ne pas la vivre comme une situation de crise. Comment ? D'abord en prévoyant son financement, puis en cherchant un établissement adapté.

Il faudra aussi vous préparer psychologiquement, ainsi que le malade, à la séparation. Visite de l'établissement, **accueil**



de jour ou séjour temporaire favoriseront une adaptation en douceur.

Une fois le malade en institution, c'est une nouvelle vie qui doit s'organiser. Plus que lui rendre de simples visites, il faudra vous familiariser avec le rythme et les activités de l'établissement, instaurer de nouvelles relations avec le malade, mais aussi avec le personnel soignant qui l'entoure.

➔ Prendre soin de soi, c'est aussi important !

Pour bien prendre soin d'un malade, il faut que vous soyez vous-même en forme. Certes, ce n'est pas tous les jours facile, mais c'est indispensable ! Cela passe par :

- **Être réaliste** face à la maladie.
- **Être conscient** de ses propres limites et de ses émotions.
- **Bien manger, bouger, se détendre** pour mieux affronter le stress et les tâches quotidiennes.
- **Faire appel à des professionnels ou à des proches** pour s'occuper du malade le temps d'une « pause ».
- **Trouver une aide psychologique** : les groupes de parole peuvent apporter un grand soutien.

POUR EN SAVOIR +

➔ www.sante.gouv.fr/htm/dossiers/alzheimer
Des informations générales et très complètes sur la maladie, la liste des consultations mémoire de proximité...

➔ www.francealzheimer.org L'association France Alzheimer donne aux malades et aux familles les informations nécessaires pour faire face à la maladie.

➔ *La Maladie d'Alzheimer*, d'Hubert Aupetit, éditions Odile Jacob, 2004. Des témoignages, des informations scientifiques, des pistes d'espoir et un guide pratique.