

Centre de santé et de services sociaux
d'Ahuntsic et Montréal-Nord

Centre de santé et de services sociaux
d'Ahuntsic et Montréal-Nord

Centre d'hébergement Laurendeau
1725, boul. Gouin Est
Montréal (Québec) H2C 3H6

Téléphone : 514 384-2000

Site Web : www.csssamn.ca

**GUIDE
D'ACCOMPAGNEMENT
FIN DE VIE**

CENTRE D'HÉBERGEMENT LAURENDEAU

**Guide d'accompagnement fin de vie
Version préliminaire, Décembre 2010**



Table des matières

Avant-propos	3
Présentation	4
Accompagnement de votre proche dans ses derniers moments	5
Besoins de votre proche	11
Trousse d'accompagnement en fin de vie	15
Réconfort et soutien aux familles	17
Saviez-vous que...	18
Aide-mémoire à la suite du décès	19
Suggestions de lecture	20
Bibliographie	21



Notes au lecteur :

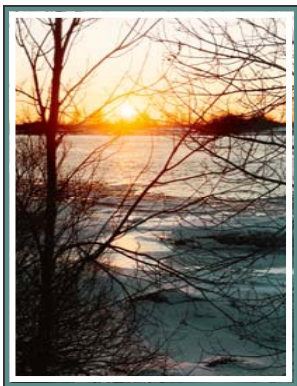
Le masculin comme le féminin sont pris dans leur sens générique et désignent aussi bien les hommes que les femmes.

La reproduction, par quelque procédé que ce soit, et la traduction, même partielles, sont interdites sans l'autorisation du secteur Communications de la Direction générale adjointe du Centre de santé et de services sociaux d'Ahuntsic et Montréal-Nord.

Version préliminaire, Décembre 2010



PRÉSENTATION



*L'air circule,
c'est le temps des derniers échanges.
La rivière coule,
la sensibilité est à flot.
La berge repose tout au loin,
le calme emplit la pièce.
Le soleil se couche,
l'activité s'éteint.*

*L'arbre, lui, continue de grandir et
devient plus fort, tout comme les liens
qui unissent les proches.*

*L'air pénètre ses feuilles, l'eau circule dans sa
sève, ses racines envahissent la terre et le feu
jaillit de son bois. La vie se régénère en lui.*

(Auteur inconnu)

MEMBRES DU COMITÉ FIN DE VIE

Isabelle Chapleau

Lucie Cliche

Houda Daoud

Linda Lepage

Nicole Marchand

Carole Mc Neil

Vanessa Richard

Roseline Veilleux

Nous remercions sincèrement Mesdames Ginette Mercier et Marlène Bernier, ainsi que Monsieur Gilles Lefebvre, pour leur implication au comité fin de vie du Centre d'hébergement Laurendeau.

BIBLIOGRAPHIE

L'accompagnement en fin de vie, Les Résidences Laurendeau, Légaré, Louvain, Montréal, 2001

Accompagner un proche dans les derniers moments de sa vie, CLSC de Montréal-Nord et CHSLD Paul-Lizotte, Montréal, non daté

Programme de soins, service de confort et d'accompagnement en fin de vie, CHSLD Cœur-du-Québec, Drummondville, 2000

*Ceux que nous avons aimés et que nous avons perdus
ne sont plus où ils étaient, mais ils sont toujours
et partout où nous sommes.*

Alexandre Dumas



SUGGESTIONS DE LECTURE

Pour vous aider dans votre démarche d'accompagnement, les livres suivants sont disponibles en consultation; ils peuvent être empruntés en vous renseignant auprès de l'éducatrice de votre proche ou du chef d'unité.

BUCKMAN, D' Robert. *Que faut-il dire ?*

Pour aider et reconforter l'être cher qui va mourir.

DÉLISLE, Isabelle. *Survivre au deuil.*

Transformer l'expérience de la perte en expérience de croissance.

DÉLISLE, Isabelle. *Vivre son mourir.*

Différents témoignages pour nous amener à apprivoiser la vie et la mort.

DELVAUX, Chantal. *Vivre jusqu'au bout.*

Témoignage sur l'accompagnement de personnes en fin de vie.

JOMAIN, Christiane. *Mourir dans la tendresse.*

Témoignage d'une soignante; « Jusqu'à la mort, accompagner la vie. »

KUBBLER-ROSS, Elisabeth. *La mort.*

Pourquoi faisons-nous de la mort un tabou ? Comment exprimer notre deuil ?

KUBBLER-ROSS, Elisabeth. *Les derniers instants de la vie.*

Les étapes du deuil : refus, marchandage, dépression, acceptation.

MONTBOURQUETTE, Jean. *Mourir en vie.*

Les besoins de la personne qui se prépare à mourir, apprivoiser la mort et entrevoir la mort comme un passage à une autre vie.

MONTBOURQUETTE, Jean. *Grandir, aimer, perdre et grandir.*

L'art de transformer une perte en gain.

PINARD, Suzanne. *De l'autre côté des larmes.*

L'expérience du deuil.

ACCOMPAGNEMENT DE VOTRE PROCHE DANS SES DERNIERS MOMENTS

ÉCOUTE

Joignez-vous à votre proche par l'écoute et assurez-le d'une grande disponibilité pour répondre à ses questions avec franchise et simplicité s'il a besoin de se confier et d'être rassuré.

Écoutez-le sans juger ni minimiser ses craintes et ses peurs. Respectez ses silences. Assurez-lui votre présence à ses côtés. Manifestez-lui votre compassion et votre compréhension.

Il vous fait confiance, vous devenez sa lumière, son refuge. Vous devez prêter votre voix à ses souhaits afin d'améliorer et rendre ses derniers jours plus confortables.

OBSERVATION

Les changements physiques et physiologiques peuvent varier d'une personne à l'autre :

- Faciès pâle
- Maigreux
- Oedème
- Regard trouble, fixe et terne
- Pouls faible ou rapide
- Coloration bleutée de la peau (peau marbrée)
- Cyanose et froideur des extrémités
- Variation de la température corporelle (fièvre)
- Transpiration et peau moite
- Respiration irrégulière (on observe parfois des pauses)
- Sécrétions bronchiques et respiration parfois bruyante (des médicaments peuvent aider à diminuer cet inconfort)
- Spasmes ou mouvements involontaires
- Grande fatigue qui prédispose au sommeil (la personne peut quand même réagir aux stimulations)
- Urine concentrée et peu abondante



Les signes de la douleur peuvent être :

- Faciès rouge ou crispé
- Plissement des sourcils
- Pouls rapide
- Anxiété
- Agitation
- Transpiration
- Plaintes (souvent à la mobilisation)

La douleur peut être calmée au moyen d'une médication adéquate.

COMMUNICATION PAR LES SENS

Les cinq sens sont les voies d'accès pour communiquer avec une personne en fin de vie : le toucher, l'ouïe, l'odorat, la vue et le goût. Cependant, comme votre proche arrive au terme de sa vie, il se peut que l'un ou l'autre de ses sens soit affecté. Il est primordial d'être à l'écoute afin de répondre adéquatement à son besoin tout en respectant ses goûts et préférences.

• LE TOUCHER

C'est par le toucher qu'on rejoint la personne en profondeur et qu'on entre dans son intimité. Encore faut-il emprunter le chemin de la douceur. Le toucher favorise la transmission de votre énergie, de votre chaleur humaine, de votre tendresse, de votre compassion et de votre calme. Le toucher est un merveilleux moyen de communication et de réconfort.

Voici quelques pistes pour favoriser ce contact privilégié avec la personne :

- Tenir chaleureusement sa main la réconfortera.
- Caresser sa tête ou son bras diminuera son anxiété.
- Prendre ses talons dans vos mains soulagera la pression et transmettra votre chaleur et votre énergie.



AIDE-MÉMOIRE À LA SUITE DU DÉCÈS

POUR AIDER LA FAMILLE, LES PROCHES ET LES INFIRMIÈRES

1. Contactez le salon funéraire de votre choix le plus tôt possible et l'aviser que le Centre d'hébergement Laurendeau appellera lorsque le décès aura été constaté par un médecin.
2. Donnez le numéro de téléphone du salon funéraire choisi au chef d'unité ou à l'infirmière. L'appel pour venir chercher la dépouille mortelle sera fait dès que le médecin sera venu.
3. Préparez les vêtements, dentiers, etc. afin de les remettre au salon funéraire si vous désirez une exposition.
4. Si le salon funéraire vous demande la **carte d'assurance maladie**, mentionnez-lui qu'elle est détruite par le Service des archives du Centre d'hébergement Laurendeau.
5. Si vous le désirez, transmettez-nous les coordonnées concernant les funérailles afin que nous puissions en informer les résidents et le personnel du Centre d'hébergement Laurendeau qui désireraient s'y rendre.
6. Prévoyez libérer la chambre dans les 24 heures.
7. Placez ce que vous désirez jeter dans des sacs verts et laissez ces sacs dans la salle de bain de la chambre. Demandez des sacs, nous vous en fournissons.
8. Si vous désirez donner certains effets au Centre d'hébergement Laurendeau, vous devrez les mettre dans des sacs verts identifiés que vous laisserez sur le lit. Vous devrez toutefois signer un formulaire de dons avant de quitter (informez-vous auprès de l'infirmière ou du chef d'unité à cet effet).
9. Prévenez Bell Canada pour annuler la ligne téléphonique. Il est important d'en informer l'infirmière ou le chef d'unité.
10. Le salon funéraire transmet l'attestation de décès à la Direction de l'état civil qui pourra ensuite vous fournir un certificat de décès.



SAVIEZ-VOUS QUE...

1. Le cerveau est le centre d'intégration de la douleur. L'intensité de celle-ci chez une personne mourante peut demeurer élevée et présente plus longtemps lorsqu'on garde en éveil le cerveau en lui procurant de l'oxygène et du glucose (soluté). Il faut tenir compte de la prescription.
2. Avoir la bouche sèche n'est pas nécessairement signe de soif ou de déshydratation. Cependant, il est important pour le confort de votre proche d'humidifier régulièrement les muqueuses buccales.
3. L'ouïe est le sens qui demeure actif le plus longtemps, d'où l'importance de ce que vous dites en sa présence. Toujours vous rappeler que la personne entend.
4. Une personne religieuse peut ne pas désirer prier. Elle peut préférer s'exprimer autrement avant de mourir.
5. Une personne comateuse non croyante peut s'agiter si l'on prie près d'elle.
6. En fin de vie, la circulation sanguine périphérique est diminuée pour se concentrer aux organes vitaux (cœur, poumons, cerveau), ce qui explique le phénomène de la diaphorèse localisée dans le haut du corps et les extrémités froides et bleu-tées.
7. Lorsqu'une personne a manifesté le désir de ne pas être prévenue de la mort imminente, celle-ci peut changer d'idée. Refaites-lui l'invitation tout en respectant son choix final.



- Poser votre main au centre de sa poitrine lui procurera un apaisement et du réconfort.
- Poser une main ouverte sous la nuque et l'autre sur le front, sans exercer de pression, aidera la personne à retrouver des pensées calmes, à se libérer de ses cauchemars si elle en a.
- Placer une main sur le front de la personne et l'autre au centre de la poitrine rappellera votre présence, la calmera, la remettra en contact avec le monde extérieur.
- Passer votre bras sous ses épaules et la serrer dans vos bras lui apportera chaleur et réconfort.

Vous devez cependant être confortable dans votre façon de faire. Si vous n'aimez pas toucher les gens ou que la personne alitée n'aime pas être touchée, il vaut mieux éviter de poser ces gestes, ou du moins, les limiter, car ils indisposeraient tout le monde.

• L'OUÏE

L'ouïe est le sens qui peut subsister longtemps et qui peut parfois s'exacerber en fin de vie.

Voici quelques façons d'utiliser l'ouïe pour établir un contact ou rejoindre la personne par cette voie d'accès.

La voix

- Parler d'une voix normale et éviter les chuchotements, car ceux-ci peuvent être une cause d'anxiété.
- Éviter d'élever la voix, les bruits forts ou subits.
- Éviter de tenir des propos sur l'évolution de l'état de la personne en sa présence.
- Lui redire toute l'importance qu'elle a pour vous.
- Lui parler de ce qu'elle affectionne particulièrement (chat, chien, loisirs favoris, mets ou activités préférés, etc.).



- Évoquer d'une voix douce et calme certains lieux ou événements lui rappelant des souvenirs agréables.
- Faire la lecture d'un texte au goût de la personne.
- Si c'est significatif pour la personne, réciter une prière, chanter un hymne religieux ou simplement lui rappeler les motifs d'espérance suscités par sa foi.

La musique

Souvenez-vous que la musique influence le corps et l'esprit. Il est donc primordial de la choisir en rapport avec les goûts de la personne afin que l'ambiance soit agréable pour elle. Une musique de fond permet de couvrir les bruits extérieurs qui peuvent perturber la tranquillité de la personne vivant ses derniers moments dans un lieu où la vie continue autour d'elle : voix fortes, cris, claquements de portes, télévision du voisin, déplacement de matériel roulant, etc.

Musique rythmique :

Attention, le battement régulier de cette musique fait appel à la vigueur, à l'action, à l'énergie de l'être. Elle peut donc agacer et épuiser la personne en perte de vitalité.

Musique mélodique :

Cette musique fait appel à la sensibilité et aux émotions, ce qui peut rejoindre la personne profondément, surtout si vous faites jouer des morceaux appréciés ou significatifs pour elle.

Musique symphonique :

Cette musique fait appel à la spiritualité, à l'intériorité, ce qui peut créer un climat de détente bienfaisant si la personne en avait l'habitude quand elle était bien portante.

Effets sonores :

Les bruits de la nature, comme l'eau qui coule, la pluie, le bruit des vagues, le vent, le chant des oiseaux, sont souvent très apaisants parce qu'ils sont un rappel de la vie courante.



RÉCONFORT ET SOUTIEN AUX FAMILLES

Voici quelques informations utiles et des conseils qui pourront vous aider à vivre les derniers moments avec votre proche.

- Vous pouvez demander de rencontrer le chef d'unité ou l'infirmière en retrait de la chambre pour avoir un suivi de l'évolution de l'état de la personne et du processus du mourir.
- Dans les derniers moments de vie, assurez-vous que tous les gens qui désirent voir la personne une dernière fois soient avisés.
- Vous avez la possibilité de recevoir le soutien d'une personne-ressource (membre de l'équipe de pastorale ou autre).
- Il serait bon de finaliser tout ce qui ne l'est pas avec votre proche.
- Vous êtes les bienvenus au chevet de votre proche en tout temps, 24 heures sur 24. Pour la nuit, un sofa de type *lazy boy*, une chaise, une cafetière et une collation sont à votre disposition. Un endroit en retrait est aussi disponible si vous désirez prendre du repos ou tenir une réunion familiale.
- Nous vous invitons à vous recueillir auprès de votre proche jusqu'à son départ pour la maison funéraire.



Radio et CD	Pour faire jouer la musique préférée de la personne : musique de détente aux sons de la nature ou autre
Diffuseur et huiles essentielles	Disponible avec quelques arômes
Atomiseur	Pour parfumer la chambre
Lampe d'appoint	Pour tamiser la pièce et favoriser une ambiance détendue et chaleureuse
Lampion électrique¹	Pour créer un effet de lampion et agrémenter la chambre
Veilleuse	Veilleuse murale
Pantoufles	Pour réchauffer les pieds, car ils sont souvent froids
Aide-mémoire suite à un décès	Pour aider la famille et la guider dans les étapes à suivre lorsque survient le décès
Dépliants divers	Information sur les organismes de support pour les endeuillés

Au poste des infirmières, une lampe est allumée durant trois jours pour informer les gens d'un décès. Le nom de la personne décédée est indiqué dans le cadre situé sous la lampe. Cependant, si une famille ou un résident préfère ne pas annoncer le décès, nous respectons ce choix.

¹ Il est interdit d'utiliser des chandelles ou des lampions de cire.



• L'ODORAT

Certaines personnes aiment retrouver des odeurs familières autrefois appréciées. Tenez compte des goûts et de la sensibilité de la personne aux différentes odeurs.

Voici quelques éléments à garder en tête lorsque vous parfumez la pièce :

- Favoriser les odeurs naturelles pour parfumer la pièce afin de créer une ambiance agréable et reconfortante.
- Déposer une goutte de son parfum préféré sur son oreiller ou vaporiser les draps d'une fragrance délicate qui favorise la détente.
- Pulvériser un parfum léger dans l'air ou brancher un diffuseur dans une prise électrique.
- Éviter de porter un parfum trop prononcé qui peut indisposer la personne alitée.

Chaque personne a ses préférences en ce qui a trait aux odeurs, alors autant les utiliser avec grande modération, surtout auprès d'une personne dont l'état se détériore.

• LA VUE

La personne en fin de vie se retrouve souvent avec une vue déficiente, ce qui peut augmenter son degré d'insécurité. L'éclairage de la pièce prend alors beaucoup d'importance. Le fait d'être capable d'avoir encore des points de repère la rassure et la reconforte.

Voici quelques suggestions pour installer un éclairage adéquat :

- Tamiser les lumières.
- Éviter la noirceur autant que la lumière vive.



- Placer la source lumineuse de façon à ce qu'elle soit repérable par la personne alitée.
- Utiliser la voix et le toucher afin d'être repéré s'il y a perte de la vue ou incapacité d'ouvrir les yeux.
- Si la personne a encore ses capacités visuelles et cognitives, regarder avec elle les photos des personnes qui lui sont chères ou qui lui rappellent de bons souvenirs.

• LE GOÛT

Il est naturel que la personne en fin de vie cesse peu à peu de s'alimenter. C'est une des réalités la plus difficile à accepter pour les proches.

Le goût de la nourriture se perd et la capacité d'absorber quelque chose est parfois difficile, voire impossible en fin de vie. Il ne faut pas insister pour nourrir ou hydrater la personne qui présente ces symptômes, car il y a risque d'augmenter son inconfort.

L'appétit de la personne peut varier. Les petites portions sont plus appréciées et souvent, une seule bouchée d'une nourriture aimée satisfait. Cependant, si c'est permis, vous ne devez pas hésiter à lui offrir une petite douceur.

CONCLUSION

Utiliser les cinq sens pour communiquer avec une personne en fin de vie, c'est vous donner les moyens d'accompagner, de soutenir et d'être présent pour l'autre jusqu'au tout dernier moment.



TROUSSE D'ACCOMPAGNEMENT EN FIN DE VIE

Baume à lèvres	Pour bien hydrater les lèvres sèches
Crème hydratante	Pour hydrater la peau et pour le contact physique qui donne du réconfort en plus de réchauffer
Huile à massage	Le massage en douceur permet aux muscles de se détendre pour le mieux-être
Parfum d'ambiance	Un parfum léger agrmente l'odeur de la chambre et la rend plus chaleureuse
Chapelet	Pour les personnes croyantes et leur famille
Coucher de soleil	Symbole visuel appelant le respect, le silence, le calme et la dignité
Jacquette adaptée	Pour les hommes et les femmes, pour plus de dignité
Mouth Kote	Pour hydrater l'intérieur de la bouche
Papiers mouchoirs	
Peroxyde 3 % + ½ H₂O	Pour les soins de la bouche
Toothettes	Éponges pour l'hygiène de la bouche



BESOINS SPIRITUELS

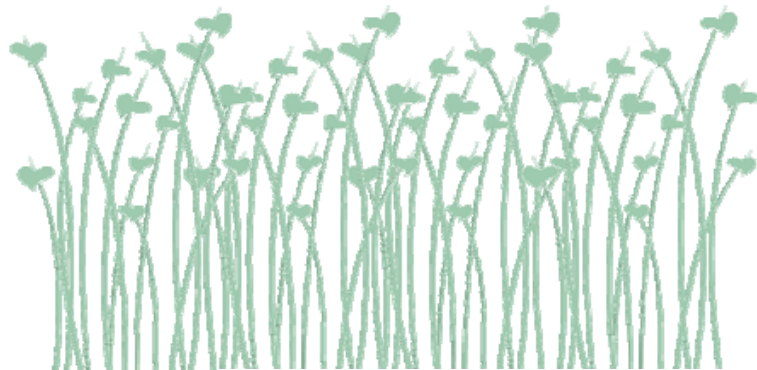
Les derniers moments de la vie sont confrontants pour tous et révèlent notre impuissance tout en nous faisant nous questionner sur le sens de la vie, de la mort et de l'après-vie. Le Service de la pastorale peut apporter un soutien dans ce cheminement.

Les personnes de confession catholique, si elles le désirent, peuvent demander à l'aumônier de recevoir les derniers sacrements : celui de la miséricorde de Dieu, pour le pardon des fautes, la communion, si elles en sont capables, ainsi que l'onction des malades. Ces services peuvent être demandés par la personne elle-même, le répondant, la famille, un proche ou le personnel.¹

Les personnes d'autres confessions religieuses peuvent recevoir des services selon leur affiliation religieuse, si tel est leur désir. Le Service de la pastorale peut les aider à contacter un ministre d'une autre religion s'il n'y en a aucun d'inscrit au dossier.

Quand le Service de la pastorale est avisé (ne pas attendre la fin imminente), l'aumônier, aidé de bénévoles formés en conséquence, visite le plus régulièrement possible la personne en fin de vie, l'accompagnant dans son cheminement spirituel.

Une célébration du souvenir a lieu le premier vendredi du mois. Les familles, les proches et les résidents peuvent y participer s'ils le désirent.



¹ L'aumônier ou un membre de l'équipe de pastorale peut être rencontré si vous en faites la demande.



BESOINS DE VOTRE PROCHE DANS SES DERNIERS MOMENTS

BESOINS PHYSIOLOGIQUES

Chaque personne a sa propre façon d'aborder la vie, d'aborder la mort. Cette dernière expérience revêt donc un caractère unique pour chacun. La mort a son propre rythme et sa façon à elle de se manifester. Ainsi, nul ne peut répondre à la question « *Combien de temps me reste-t-il ?* ».

Malgré certaines tentatives de prédiction, le moment de la mort est toujours un secret et la façon dont elle va survenir demeure mystérieuse à bien des égards. Nous pouvons tenter de décrire une certaine séquence des événements entourant la mort, mais cette description n'est qu'un aperçu d'un processus qui varie grandement d'une personne à une autre.

Vous pouvez observer plusieurs changements chez la personne en fin de vie. Ils résultent des modifications de l'activité cellulaire et du fonctionnement des organes.

• Le sommeil et l'agitation

Il arrive que la personne en fin de vie dorme presque de façon continue. D'autres sont conscientes et lucides jusqu'au moment de leur mort. Certaines deviennent confuses et tiennent des propos qui semblent incohérents. Il peut être utile d'orienter la personne (lui rappeler le jour, l'heure et où elle est). L'agitation peut également survenir et plusieurs facteurs y contribuent. La médication peut s'avérer d'un grand secours, ainsi que toute présence calme et rassurante.

• La douleur physique et psychologique

La douleur et la peur de la souffrance sont des préoccupations possibles de la personne en fin de vie.



S'il est vrai que la douleur est fréquente lorsque la vie s'achève, il est tout autant vrai qu'elle peut être soulagée dans pratiquement toutes les situations. Pour y arriver, il faut évaluer correctement la douleur, choisir le bon médicament ou une combinaison de médicaments, la bonne dose, la bonne fréquence, la bonne voie d'administration et surtout, si la douleur persiste, se réajuster continuellement.

Plusieurs croyances contraignantes sont associées aux opiacés, comme celles associées à la morphine. Il est important que la famille et le résident fassent part de leurs inquiétudes à ce sujet à l'équipe soignante.

BESOIN DE CONSIDÉRATION

Il est important que la personne vive ses derniers moments dans la dignité.

C'est pourquoi nous préconisons les points suivants :

- Des soins empreints d'amour, de respect, d'empathie et d'authenticité.
- La personne a droit à une apparence soignée; elle doit se sentir à l'aise dans un environnement physique organisé en tenant compte de ses préférences et qui favorise un sentiment de réconfort, de sérénité et de paix.
- La personne doit se sentir à l'aise d'exprimer ce qu'elle vit à une équipe sensible et attentive à ses messages verbaux et à toutes les expressions de son corps. Tant les proches que les intervenants doivent être sensibilisés à l'importance d'une communication claire, centrée sur la personne accompagnée. Lorsque la personne semble nous communiquer une réalité, il convient de se demander « *Qu'est-ce qu'elle veut exprimer ?* ».
- La personne peut communiquer avec ses proches et l'équipe ou peut rester seule si elle le désire.
- La personne est mobilisée régulièrement, avec respect et délicatesse.



- La personne peut accepter ou refuser les aliments et boissons qui lui sont offerts et être respectée dans l'expression de ses goûts.
- La personne bénéficie de l'administration d'analgésiques dosés de façon à maintenir ses facultés tout en soulageant ses douleurs.
- Les soins sont prodigués par une équipe disponible et compétente.
- La personne doit se sentir libre de vivre sa spiritualité, que celle-ci corresponde à une vie intérieure personnelle ou à des croyances, et que des objets favorisant son recueillement soient disponibles auprès d'elle.
- La personne peut être accompagnée, à sa demande, d'un ministre du culte ou d'un agent de pastorale dans le respect de ses croyances.
- La personne a le droit de s'exprimer et d'être renseignée sur son état, dans la mesure où elle le souhaite.

BESOIN DE SÉCURITÉ

Le besoin de sécurité est accentué dans les situations de crise et de danger.

Les facteurs favorisant le sentiment de sécurité sont :

- Avoir confiance dans les compétences du personnel.
- Être informé régulièrement et de façon compréhensible sur la maladie et son évolution.
- Avoir une personne-clé à qui se confier.
- Verbaliser ses sentiments et ses craintes.
- Confirmer à la personne votre visite régulière.
- Assurer que tout le personnel soignant sera présent.
- Installer la cloche d'appel près de la personne en permanence (la famille ou tout autre visiteur peut aussi utiliser la cloche en cas de besoin).

