

Congestion : La personne pourrait émettre des gargouillis. Ces bruits peuvent être très forts et bouleverser la personne qui les entend. Soulever la tête du mourant ou la tourner sur le côté pourrait lui apporter un certain réconfort. Tenez-lui la main et parlez-lui doucement.

Changements de la couleur de la peau : Les bras et les jambes de la personne peuvent devenir froids ou chauds, ou ils peuvent perdre leur couleur habituelle. Ces changements normaux indiquent que la circulation sanguine est réservée aux organes vitaux du corps.

Permission : Il peut être difficile de permettre à un être cher de partir. Nous aimerions bien sûr le garder près de nous, mais évitez de le culpabiliser pour sa mort. Une personne mourante essaiera souvent de tenir le coup, aux dépens de son confort, afin de s'assurer que ses survivants pourront se remettre de leur perte. Le fait de donner à la personne mourante la permission de « s'en aller » est le plus beau cadeau d'amour que sa famille puisse lui faire en cette période.

Faire ses adieux : Lorsque la personne est prête à mourir et que la famille est capable de la laisser partir, c'est le moment de lui faire ses adieux de façon personnelle. Cela lui permet de lâcher prise. Vous pourriez vous allonger auprès de la personne, lui tenir la main ou lui dire tout ce que vous avez à lui dire. Les larmes font partie intégrante du processus consistant à apporter la paix au mourant et à lui dire adieu. Il ne faut pas les cacher ou s'en excuser, car elles sont une manifestation d'amour.

Bien que la mort d'un être cher soit stressante, les renseignements fournis ci-dessus peuvent vous aider à vous y préparer. Vous pouvez maintenant porter toute votre attention sur votre être cher en l'aidant à vivre les derniers stades de la vie dans une ambiance paisible, où soins et soutien lui sont fournis avec compassion.

Au moment de la mort : La respiration cesse, les battements du cœur cessent, les paupières peuvent être entrouvertes, la mâchoire se détend et la personne ne peut être réveillée. Prenez le temps nécessaire pour appeler une personne de soutien et pour vous adapter à la situation. Rien ne presse. L'important, c'est de prendre soin de vous.

Notre mission

Accroître le confort, assurer la dignité et améliorer la qualité de vie des malades en phase terminale, ainsi qu'offrir du soutien aux endeuillés dans la communauté.



Réseau de soins palliatifs
du Moyen-Nord

347, rue Sherbrooke

Bureau 302

North Bay (Ontario) P1B 2C1

705 497-9239

1 800 287-9441

nnpcn@bellnet.ca



Se préparer à la mort d'un être cher

« Quand le cœur pleure ce qu'il a perdu, l'esprit rit sur ce qu'il a trouvé. »

~ Proverbe soufi ~

www.nnpcn.com



Le moment d'accepter, de soutenir et de reconforter...

Lorsque la fin est proche, le corps entame le processus final au cours duquel il cesse progressivement de fonctionner. Il s'agit habituellement d'une série de changements ordonnés et peu dramatiques qui ne constituent pas des urgences médicales. Ces changements représentent la façon normale et naturelle dont le corps se prépare à cesser de fonctionner. La meilleure chose à faire est de fournir de simples soins de confort.

Au même moment, l'esprit de la personne mourante commence à se détacher du corps, du monde qu'elle connaît et de tout ce qui l'y retient. Cette libération lui permet de se séparer de tout ce qui est inachevé dans le monde pratique et des personnes qui lui sont chères. Cette disposition à quitter ce monde ou à faire ses adieux est une façon pour l'esprit de se préparer à passer de cette existence à une autre dimension. La meilleure chose à faire est de soutenir le mourant et de l'aider à lâcher prise.

À l'approche de la mort, le mourant pourrait sembler s'attarder. Il convient de parler de questions comme le pardon, l'amour et la « permission » de mourir. Le mourant doit avoir l'assurance que les personnes qu'il laisse derrière lui pourront « se débrouiller ».

Lorsque vous vous préparez à la mort d'un être cher, vous devez savoir à quoi vous attendre et comment réagir avec compréhension, soutien et amour. Ce genre de réaction est le meilleur cadeau que vous puissiez offrir à un être cher qui approche de la mort.

Nous vous présentons les signes et symptômes d'une mort imminente pour vous aider à comprendre les changements naturels qui peuvent se produire et vous suggérer des façons utiles d'y réagir. Ces changements ne se produiront pas nécessairement tous et peuvent se produire dans n'importe quel ordre. La mort de chaque personne est un processus aussi unique que la personne mourante. C'est le moment pour vous d'accepter, de soutenir et de reconforter votre être cher.

Diminution de la consommation de liquides

et de nourriture : Le mourant pourrait ne vouloir que peu ou pas de liquide ou de nourriture. Son corps a besoin de très peu d'énergie. N'essayez pas de le forcer ou de l'inciter d'une manière quelconque à manger ou à boire.

Comme une quantité « normale » de nourriture n'est pas souhaitée (car le corps ne peut s'en servir), donnez à votre être cher des éclats de glace, des sucettes glacées ou des gorgées de jus de fruits pour le rafraîchir. Sa capacité d'avaler diminuera. Ne l'obligez pas à boire des liquides, car les réflexes nécessaires pour l'aider à avaler pourraient être affaiblis. Le corps du mourant lui fait savoir qu'il ne veut plus et ne tolère plus les aliments et les liquides. La perte du désir de se nourrir est un signal; le manque de liquide n'entraîne plus d'inconfort. Il suffit de tamponner sa bouche et ses lèvres avec un linge humide pour assurer son confort.

Moins grand désir d'avoir des rapports

sociaux : La personne peut vouloir être seule, ou bien avec une ou quelques personnes seulement. Il est tout à fait naturel de ne pas avoir envie de s'entretenir avec d'autres. De plus, le parcours est un processus solitaire de détachement graduel. Nos propos peuvent parfois inciter la personne à rester éveillée, alors laissez-la obtenir le repos de qualité dont elle a besoin. Rassurez-la en lui disant qu'elle ne doit pas hésiter à dormir.

Sommeil : La personne peut passer de plus en plus de temps à dormir et peut sembler silencieuse, passive ou parfois difficile à réveiller. Cela s'explique par les changements qui se produisent dans le corps. Asseyez-vous auprès d'elle et tenez-lui la main. Parlez d'une voix douce et naturelle. Passez du temps avec elle aux moments où elle est le plus alerte. À cette étape, il est plus important d'être avec elle plutôt que de lui rendre service. Ne supposez jamais que la personne ne peut pas vous entendre. On dit que l'ouïe est le dernier sens à disparaître.

Agitation : La personne pourrait s'agiter ou faire des mouvements répétitifs, comme tirer sur les draps et les vêtements. Ne vous alarmez pas et n'essayez pas d'intervenir ou de contrôler ses mouvements. Pour la calmer, parlez-lui d'une voix douce et naturelle, massez-lui doucement la main ou le front, lisez-lui un livre ou jouez de la musique apaisante. Il existe des médicaments qui sont efficaces. Vous pouvez en parler à l'infirmière ou au médecin.

Désorientation : La personne peut sembler désorientée quant à l'heure, à l'endroit et à l'identité des personnes qui l'entourent, y compris les personnes proches et familières. Identifiez-vous par votre nom plutôt que de lui demander de deviner qui vous êtes.

Parlez doucement, clairement et sincèrement lorsque vous lui communiquez quelque chose d'important pour son confort. Dites-lui, par exemple, « c'est l'heure de prendre tes médicaments » et donnez-lui une explication, comme « c'est pour que tu ne commences pas à ressentir de la douleur. »

Réduction de l'urine : La quantité d'urine diminue et celle-ci devient très foncée parce que la personne boit moins et parce que les reins ne fonctionnent pas aussi bien que d'habitude.

Incontinence : La personne peut avoir des problèmes d'incontinence (urine et selles) à mesure que les muscles de cette partie du corps commencent à se décontracter. Il faut prendre les mesures nécessaires pour garder la personne à l'aise.

Changement du rythme respiratoire : La façon dont la personne respire peut changer considérablement. Elle pourrait avoir une respiration irrégulière ou superficielle, ou même cesser de respirer pendant de courtes périodes. La personne pourrait aussi émettre des gargouillis ou des gémissements lorsqu'elle expire. Ces bruits ne sont pas dus à la détresse, ils sont simplement produits lorsque l'air passe par-dessus les cordes vocales. Ce type de respiration est très normal.