

# Accompagner un proche en soins palliatifs

## Mesures exceptionnelles pour les visiteurs

Accompagner un être cher qui reçoit des soins palliatifs ou l'aide médicale à mourir est un moment chargé d'émotions. L'actuelle pandémie reliée au coronavirus (COVID-19) ajoute un stress à ce que vous vivez et peut soulever davantage de questions et d'inquiétudes.

Par ce dépliant, nous souhaitons vous transmettre les consignes à respecter dans nos installations, faire connaître les ressources d'aide disponibles et présenter des stratégies vous permettant de demeurer en contact avec votre proche.

Les établissements de santé ont l'obligation de mettre en place des mesures de protection visant à réduire les risques de propagation du virus COVID-19. Les directives concernant les visiteurs sont prescrites par le ministère de la Santé et des Services sociaux. Elles peuvent varier et s'ajuster en fonction de l'évolution de la pandémie. Vous serez informé de celles-ci au fur et à mesure. Ces directives sont toujours disponibles sur le site web dans la section des soins palliatifs.

<https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/covid-19/directives-cliniques-aux-professionnels-et-au-reseau/>

### Important

Si vous présentez un symptôme s'apparentant à la grippe (fièvre ou toux ou difficulté respiratoire ou perte de l'odorat/goût) ou si vous avez des doutes sur votre santé, nous vous prions de ne pas venir visiter votre proche.

### Différents moyens d'accompagner un proche

Il existe plusieurs façons d'accompagner un être cher en fin de vie présentement : vous pouvez être présent physiquement auprès de lui, mais vous pouvez aussi communiquer avec lui par l'intermédiaire d'un proche ou encore à l'aide d'un moyen technologique. Toutes les formes de présence sont rassurantes.

## Mesures exceptionnelles pour les visiteurs

### Consignes à respecter lors des visites

Si vous êtes inscrit au registre des visiteurs, nous demandons votre précieuse collaboration pour respecter les consignes suivantes chaque fois que vous êtes présent dans l'établissement. Ainsi, vous assurerez votre sécurité, celle de votre proche, des autres usagers et des intervenants de la santé.

1. Dès votre entrée, un employé procédera à la vérification du registre des visiteurs. Vous devrez vous identifier et nommer la personne visitée et le numéro de la chambre. Si votre nom ne figure pas au registre, vous ne pourrez pas entrer.
2. Vous devrez procéder à l'hygiène des mains à quatre moments spécifiques :
  - a. dès votre entrée dans l'installation;

- b. avant d'entrer dans la chambre;
- c. à la sortie de la chambre;
- d. en sortant de l'installation.

3. Vous devez obligatoirement porter un masque et protection oculaire si on vous l'indique.
4. Il est important de ne pas circuler dans l'installation : vous devez vous rendre directement dans la chambre de votre proche et y demeurer, porte fermée, jusqu'à votre départ.



### Votre rôle est important

Lorsque vous êtes une personne ressource pour votre proche, vous avez un rôle central dans la diffusion des informations aux autres membres de la famille et amis.

Vous pouvez aussi agir comme facilitateur entre votre proche et l'équipe de soins. De plus, vous êtes le porteur de messages de réconfort lorsque vous partagez aux autres ce que vous avez vécu avec votre être cher durant les derniers moments passés ensemble.

Les fins de vie sont uniques à chacun. On s'imagine souvent un scénario mais il n'est pas rare que cela se passe autrement.

La fin de vie est la dernière étape d'une histoire propre à l'être que vous aimez et elle lui appartiendra jusqu'au dernier moment.

### Votre rôle est de marcher à ses côtés, à son rythme tout en vous rappelant que vous faites de votre mieux peu importe les circonstances.

Pour créer un moment spécial avec votre proche, vous pouvez vous préparer :

- Restez vous-même, soyez naturel;
- Recentrez-vous sur l'instant présent;
- Respectez vos émotions et les silences;
- Même si vous n'êtes pas là physiquement, expliquez-lui que vous êtes présent malgré cela et exprimez vos sentiments;
- Laissez monter les souvenirs, montrez des photos, des vidéos, partagez une chanson;
- Prenez et donnez des nouvelles.

## Si votre proche est inconscient ou somnolent

- Rappelez-vous que l'ouïe et le toucher sont les sens qui demeurent le plus longtemps;
- Si vous êtes à ses côtés, vous pouvez toucher votre proche, lui tenir la main ou simplement vous rapprocher;
- Si vous le désirez, vous pouvez lui parler. Nous vous encourageons à exprimer vos sentiments, vos émotions, à lui raconter de beaux souvenirs ou à partager l'écoute d'une musique.

## Soutien de notre équipe

Nous savons que la situation actuelle est particulièrement difficile à vivre. C'est pourquoi les équipes de soins mettent tout en œuvre pour assurer le confort de votre proche, respecter ses volontés et vous soutenir durant cette période.

S'il vous est impossible de venir visiter votre proche, les membres de notre équipe (infirmières, travailleurs sociaux, intervenants spirituels, ou autres) trouveront avec vous des mesures alternatives vous permettant d'accompagner votre proche différemment.

Si le temps presse et bouscule les moments passés avec votre proche parce que la maladie s'aggrave, n'attendez pas et faites-nous part de vos préoccupations.

Si votre proche reçoit l'aide médicale à mourir, soyez assurés de notre présence pour vous soutenir et préparer ce moment.

## Prenez soin de vous

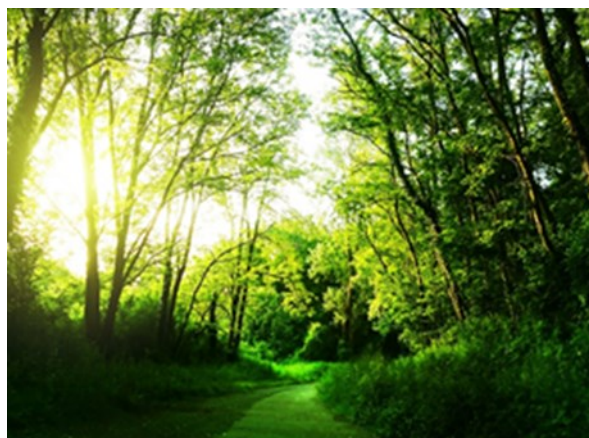
Que vous accompagniez un être cher en fin de vie durant plusieurs semaines ou quelques jours, chaque personne réagira de manière très personnelle au chagrin et à la perte.

Vous pouvez éprouver des sentiments tels l'impuissance, la culpabilité, de l'insécurité, de la frustration, voire de la colère. Sachez que toutes ces émotions et ces réactions sont normales et intensifiées en temps de pandémie. Soyez bienveillant à l'égard de votre proche mais envers vous-même également.

Pour vous aider à passer à travers cette épreuve, restez en contact avec votre famille et vos amis. Déléguez certaines tâches du quotidien à vos proches.

## Informations supplémentaires

Service de soutien téléphonique  
Info-Social 811



Programme Fin de vie  
Direction du programme  
Soutien à l'autonomie des personnes âgées  
— volet Soutien à domicile

[www.santelaurentides.gouv.qc.ca](http://www.santelaurentides.gouv.qc.ca)

**Questions sur le coronavirus**  
Ligne Info-coronavirus 1 877 644-4545  
Ministère de la Santé et des Services sociaux  
[www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/](http://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/)

**Soins palliatifs et soins de fin de vie**  
Ministère de la Santé et des Services sociaux  
[www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/soins-de-fin-de-vie/loi-concernant-les-soins-de-fin-de-vie/](http://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/soins-de-fin-de-vie/loi-concernant-les-soins-de-fin-de-vie/)

**Prendre soin de ses proches :  
une question de solidarité**  
Ministère de la Santé et des Services sociaux  
[publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2009/09-235-12F\\_10.pdf](http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2009/09-235-12F_10.pdf)

**Deuil**  
Chaire Jean-Monbourquette sur le soutien social  
des personnes endeuillées  
1 888 533-3845  
[chairemonbourquette.umontreal.ca/](http://chairemonbourquette.umontreal.ca/)

**Deuil jeunesse**  
1 855 889-3666  
[www.deuil-jeunesse.com/](http://www.deuil-jeunesse.com/)

**Sercan**  
Services de soutien pour personnes  
atteintes de cancer/endeuillées  
1 450 491-1912

**Pallia-Vie**  
Services d'accompagnement pour personnes ayant une  
maladie terminale, pour les proches et les endeuillés  
[www.pallia-vie.ca](http://www.pallia-vie.ca)  
1 450 431-3331

**Palliaccio**  
Soutien accompagnement et répit  
[www.palliaccio.org](http://www.palliaccio.org)  
1 855 717-9646