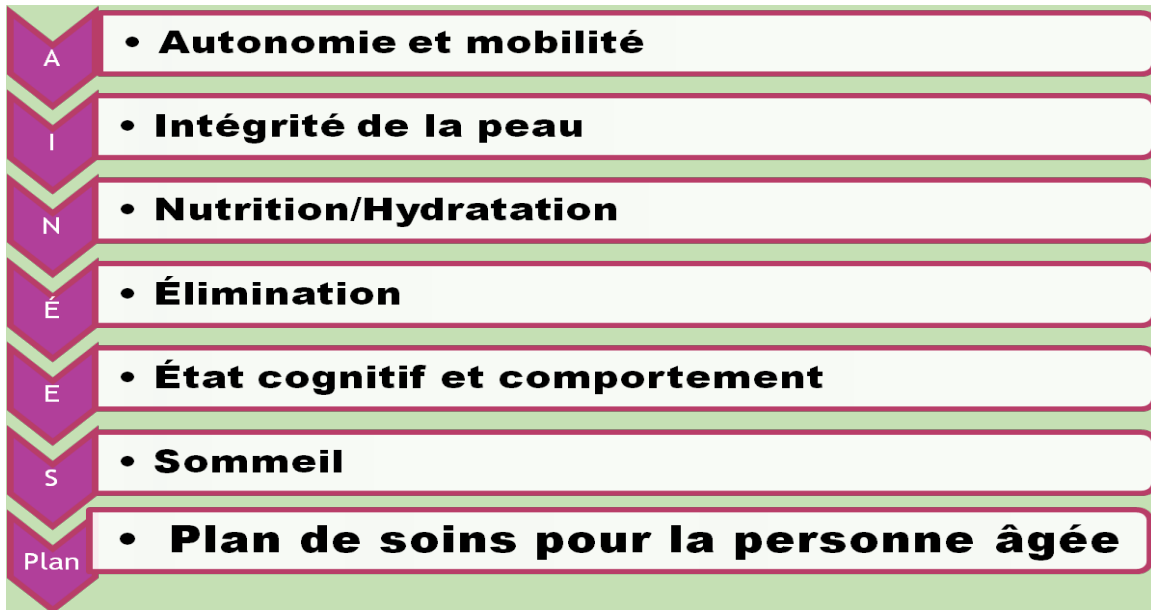


CAPSULE INFORMATIVE

PRÉVENTION DU DÉCONDITIONNEMENT DE LA PERSONNE ÂGÉE

Les signes « AINÉES » sont six aspects de la santé à surveiller quotidiennement puisqu'une détérioration est une indication ou une prédiction de complications et de déclin fonctionnel chez la personne âgée :



A AUTONOMIE ET MOBILITÉ ;

- Inciter la personne à être le plus mobile possible : toutes les raisons sont bonnes pour bouger et faire bouger chacune des parties de son corps, même si la personne malade demeure au lit ;
- Encourager la personne à exécuter le plus de choses possibles par elle-même lors des activités de la vie quotidienne (se laver, se brosser les dents, s'habiller, se peigner les cheveux, prendre ses repas au fauteuil ou à la table, etc.) ;
- Encourager la personne à s'asseoir au fauteuil ou lui offrir une aide partielle selon ses capacités (l'encourager à participer au maximum de ses capacités), si possible. Demander de l'aide de l'équipe de soins au besoin ;
- Minimiser le temps de la personne passé au lit et encourager les changements fréquents de position (idéalement toutes les 30 minutes) ;
- Faire marcher la personne dans son milieu de vie, idéalement chaque heure, selon ses capacités et, au besoin, en utilisant une aide à la marche appropriée.

Î INTÉGRITÉ DE LA PEAU ;

- S'assurer que la personne conserve une peau saine bien hydratée et propre ;

- Réduire au minimum le port d'une culotte d'incontinence pour diminuer le risque de rougeurs ou de plaies.

N NUTRITION ET HYDRATATION ;

- Encourager la personne à marcher quelques minutes, selon ses capacités avant de s'alimenter, pour stimuler le système digestif ;
- Encourager la personne à manger en s'assurant qu'elle porte ses prothèses dentaires lors des repas et que la nourriture est adaptée à son état. Informer les intervenants du milieu de vie si vous jugez que l'alimentation devrait être davantage adaptée aux besoins de la personne ;
- S'assurer que la personne prend ses repas en position assise, idéalement au fauteuil pour une alimentation sécuritaire ;
- Assurer l'accessibilité à un verre d'eau à proximité et stimuler la personne à boire régulièrement (à moins de contre-indication) ;
- Surveiller les signes de déshydratation (ex. : bouche sèche, difficulté à uriner, constipation, étourdissements, modification de l'état de conscience, etc.).

É ÉLIMINATION ;

- Amener la personne à la toilette régulièrement ou planifier des moments pour le faire, pour lui permettre de conserver son autonomie à l'élimination.

E ÉTAT COGNITIF ET COMPORTEMENTAL ET COMMUNICATION ;

- Dès que vous entrez en relation avec la personne, dites-lui qui vous êtes pour elle et ce que vous faites, le lieu où elle se trouve, ainsi que la date de la journée afin de contribuer à l'orienter;
- S'assurer qu'elle porte ses aides visuelles et auditives pour favoriser la communication;
- Planifier des communications fréquentes avec les membres de sa famille, ses amis ou toute autre personne significative : « Favoriser le maintien des liens sociaux en contexte de confinement ».

S SOMMEIL.

- Favoriser le sommeil nocturne.
- S'assurer que les conditions propres à un sommeil calme la nuit sont présentes (absence de bruit, de lumière, de portes qui claquent ou de bruit provenant du personnel, etc.).