

L'ergothérapie, la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées

Qu'est-ce que l'ergothérapie?

La vie est composée d'activités ou d'occupations quotidiennes significatives, comme faire une promenade avec son chien, faire du jardinage, préparer un repas, peindre, faire la lessive et s'adonner à des jeux. Les occupations font partie de la vie; elles nous définissent et elles sont le reflet de notre façon de nous percevoir. Les occupations donnent un sens à la vie.

Lorsque nous ne pouvons pas participer à des occupations quotidiennes en raison d'une blessure, d'une maladie, d'un handicap ou de circonstances sociales ou environnementales, les ergothérapeutes peuvent nous aider à trouver les solutions qui nous permettront de participer à des activités quotidiennes porteuses de sens. L'ergothérapie peut aussi contribuer à la prévention des handicaps et des maladies, tout en favorisant notre participation dans notre vie personnelle et dans nos communautés. L'ergothérapie nous aide à participer à l'occupation qu'est la vie.



Pourquoi la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées sont-elles si importantes?

La maladie d'Alzheimer est une maladie mortelle, progressive et dégénérative qui détruit les cellules du cerveau. Il s'agit de la forme de démence la plus courante, qui représente 64 pour cent de toutes les démences au Canada. Les symptômes sont, notamment la difficulté de se rappeler certaines choses, de prendre des décisions et d'effectuer les activités de tous les jours. Ces changements peuvent avoir des répercussions sur la façon dont une personne se sent et agit. Présentement, il n'y a aucun remède contre cette maladie, mais la recherche nous permet d'améliorer la façon dont nous prodiguons les soins.

Présentement, 500 000 Canadiens sont atteints de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée; 72 % de ces personnes sont des femmes. Dans les prochains 25 ans, de 1 à 1,3 million de personnes pourraient être atteintes de ces maladies. La Société Alzheimer du Canada estime que le fardeau économique annuel total pourrait passer de 15 milliards de dollars (2008), à 153 milliards de dollars d'ici 2038, incluant les coûts directs et indirects des soins de santé.

Comment l'ergothérapie peut-elle leur venir en aide?

Les ergothérapeutes aident les clients et les familles à comprendre les conséquences de la maladie d'Alzheimer sur le fonctionnement quotidien de la personne. L'ergothérapeute travaille avec les clients pour les aider à trouver des façons de compenser leurs limites et de conserver leur autonomie. Comme ils comprennent la relation dynamique entre la personne, l'occupation et l'environnement, les ergothérapeutes sont dans une position idéale pour offrir des services centrés sur le client et fondés sur les faits scientifiques à cette clientèle qui ne cesse de croître.

Que font les ergothérapeutes?

- Favoriser les possibilités d'autonomie et de contrôle personnel tout en rehaussant l'estime de soi;
- Travailler avec les familles pour cibler les besoins et offrir des possibilités de participation avec le membre de leur famille qui est atteint de la maladie;
- Créer un horaire d'activités quotidiennes régulières pour conserver une routine, par exemple pour les soins personnels, la prise de médicaments, les repas, les loisirs, la marche et les habitudes de sommeil;
- Adapter et modifier le domicile pour que l'environnement soit sûr et sécuritaire, en installant des barres d'appui dans la salle de bain, des régulateurs thermostatiques pour la douche et des interrupteurs automatiques pour le four et la cuisinière électrique;
- Aider les membres de la famille et les soignants à s'adapter aux rôles changeants;
- Faire des revendications en vue d'améliorer la santé et le bien-être des clients atteints de la maladie d'Alzheimer et de maladies apparentées.

Dans quels milieux les ergothérapeutes travaillent-ils?

Les ergothérapeutes travaillent avec des professionnels de la santé et d'autres professionnels dans divers endroits, comme les établissements de soins de longue durée, les services de soutien communautaire, les équipes de santé familiale et le domicile des clients.

L'ergothérapie est vraiment efficace!

Sarah a toujours été celle qui organisait tout. Elle s'occupe de l'entretien de la maison, paie les factures et planifie les vacances. L'an dernier, elle est devenue très confuse. Son mari a remarqué qu'elle avait de la difficulté à planifier et à résoudre des problèmes. Elle a aussi de la difficulté à faire des tâches familiales à la maison et à jouer aux cartes avec ses amis. Elle a des pertes de mémoire et, dernièrement, elle avait même de la difficulté à parler et à écrire. Elle a récemment consulté son médecin, qui lui a dit qu'elle était atteinte de la maladie d'Alzheimer. Sarah et son mari ont été effrayés par cette nouvelle, mais ils ont reçu beaucoup d'aide, dont celle de leur ergothérapeute, qui a travaillé avec eux pour déterminer les tâches qu'ils doivent faire et la meilleure façon de les faire ensemble. L'ergothérapeute s'est également assuré que Sarah et son mari se réservaient tous les deux du temps pour faire les choses qui les intéressaient individuellement et elle les a même aidés à planifier à l'avance certains changements qu'ils devront peut-être faire dans l'avenir. La vie ne leur semble plus si accablante à présent et ils se débrouillent bien. Grâce à l'ergothérapie, Sarah et son mari peuvent continuer de vivre ensemble à domicile.