



**Alzheimer, vous aider
à mieux comprendre.**

**Le guide
pour accompagner
la maladie
d'Alzheimer**



KORIAN
MAISONS DE RETRAITE

SOMMAIRE

La maladie d'Alzheimer

La maladie et ses causes	5
Symptômes et diagnostic	6
Les traitements	7

La prise en soin Korian

L'accompagnement Korian	9
Des espaces adaptés	11
Les Thérapies Non Médicamenteuses	12
Des équipes engagées	14

Communiquer avec son proche

La place des aidants	17
Des conseils pour favoriser la communication	18

Édito Korian

Face au défi de la maladie d'Alzheimer, les équipes Korian sont mobilisées à vos côtés.

Le Positive Care est une approche qui consiste à prendre en compte l'individu dans sa globalité en considérant les spécificités de chacun : son histoire de vie, ses envies, ses besoins, ses habitudes... Cette philosophie unique s'appuie sur un savoir-faire et un savoir-être dans l'accompagnement des personnes âgées dans le respect de leurs capacités physiques, cognitives et émotionnelles par des thérapies, notamment non-médicamenteuses.

C'est ainsi que dans les maisons de retraite Korian, tous les professionnels ont à cœur d'accompagner chaque personne en favorisant son autonomie.

Nicolas Mérigot,
Directeur général France



La maladie d'Alzheimer



Korian La Pastoria (10)

1,2 million

de personnes sont atteintes de la maladie d'Alzheimer ou troubles apparentés en France.



50%

des personnes accueillies dans nos maisons Korian souffrent de la maladie d'Alzheimer ou troubles apparentés.

La maladie et ses causes

Qu'est-ce que la maladie d'Alzheimer ?

La maladie d'Alzheimer est **une maladie neurodégénérative** liée notamment à une accumulation anormale de protéines dans le cerveau.

Il existe aussi des formes apparentées à la maladie d'Alzheimer dont les causes sont alors différentes (des problèmes d'irrigation du cerveau par exemple).

Quelles en sont les causes ?

Les causes précises de cette maladie **n'ont pas encore été découvertes** mais les recherches ont mis en évidence **plusieurs facteurs favorisant le développement de la maladie**.

Ces facteurs de risque sont :

- l'âge (les aînés sont les plus touchés),
- le sexe (les femmes après 80 ans ont plus de risque d'être touchées),
- l'hypertension artérielle non traitée,
- les accidents vasculaires cérébraux,
- l'hypercholestérolémie,
- le diabète, le surpoids, l'obésité.

Des facteurs de risque supplémentaires sont dorénavant bien établis :

- le faible niveau d'instruction,
- les facteurs environnementaux (tabac, alcool, pollution, certains médicaments...),
- les troubles du sommeil,
- les troubles de l'humeur comme le stress chronique, ou la dépression.

Par ailleurs, une alimentation peu équilibrée, le manque d'activité physique et d'activité intellectuelle stimulante pourraient être également associés à un risque augmenté de maladie d'Alzheimer.

Symptômes et diagnostic

Quels sont les symptômes ?

La maladie d'Alzheimer atteint les fonctions cognitives. Les symptômes se présentent ainsi :

- **Troubles de la mémoire à court terme**
(difficulté à mémoriser les nouvelles informations),
- **Troubles de l'orientation** dans le temps et/ou l'espace,
- **Troubles de l'attention et de la planification,**
- **Troubles du langage**
(difficultés à retrouver certains mots communs et à nommer des objets),
- **Troubles de la réalisation des gestes**
(faire sa toilette, cuisiner...),
- **Troubles de la reconnaissance des objets et des visages.**

L'apparition successive de ces troubles cognitifs a une répercussion très fréquente sur l'humeur de la personne (anxiété, dépression...), et parfois sur son comportement (agressivité, opposition). Cela entraîne une modification du caractère souvent déroutante pour l'entourage. Il faudra en tenir compte et y apporter une réponse thérapeutique.

Comment poser le diagnostic ?

L'entrée dans la maladie est souvent incidieuse et peu spécifique. Cela peut se présenter par un retrait, voire un isolement des activités sociales, des troubles de l'humeur avec notamment des idées dépressives ou bien une perte de poids par exemple.

La personne peut se plaindre de difficultés de mémoire mais il est fréquent que ce soit l'entourage qui incite celle-ci à réaliser une démarche diagnostique.

La 1^{re} étape est la consultation chez le médecin généraliste. Celui-ci, en fonction de son évaluation, pourra orienter la personne vers une consultation spécialisée (neurologue, psychiatre ou gériatre).

Même s'il n'existe à ce jour aucun traitement curatif, poser le diagnostic le plus précocement possible permet de mieux comprendre les difficultés de la personne et de mettre en place un accompagnement personnalisé et évolutif ainsi que des dispositifs d'aides financières et des mesures de protection si nécessaire.

Les traitements

Quels sont les traitements possibles ?

La maladie d'Alzheimer ne se guérit pas mais elle se soigne. Il existe des traitements pour en atténuer les effets qui dépendent du stade de la maladie :

- **Une prise en charge thérapeutique**
médicamenteuse et non médicamenteuse,
- **Une prise en charge médico-socio-psychologique coordonnée** de la personne concernée et de son entourage.

Ce plan de soins, encadré par un médecin, est **suivi et réévalué régulièrement**.



Korian Les Ajoncs (17)

La prise en soin Korian



L'accompagnement Korian

Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et troubles apparentés ont **besoin de vivre dans un environnement chaleureux et sécurisant.**

En plus de cet environnement accueillant, Korian propose un accompagnement personnalisé qui tient compte des spécificités de chacun.

L'accompagnement est ainsi centré sur **le respect de la personne accueillie.** La valeur de bienveillance est fondamentale pour nos équipes. Cela se manifeste autour de l'approche **Positive Care.**

C'est un état d'esprit et une posture adoptés par tous nos collaborateurs Korian, qui portent un **regard positif et bienveillant** sur la personne accueillie.

Il s'agit de reconnaître chaque personne avec ses compétences physiques, cognitives, culturelles et émotionnelles en s'appuyant sur ce que chacun sait faire.



Le Positive Care se traduit en comportements et en pratiques associant «savoir-être» et «savoir-faire» afin, concrètement, **de créer au quotidien des conditions de vie idéales.**



Des espaces adaptés

Dans les maisons Korian, **des espaces sont spécifiquement conçus** pour accueillir les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et troubles apparentés.

Ces lieux de vie sont adaptés aux besoins des résidents pour y vivre en toute sécurité, maintenir une vie sociale et stimuler leurs capacités.

Les Espaces de Vie Protégés (EVP) permettent aux résidents atteints de la maladie d'Alzheimer et présentant des troubles psycho-comportementaux de vivre dans des lieux adaptés, chaleureux et sécurisés, de jour comme de nuit, en étant entourés de professionnels dédiés.

Le Pôle d'Activités et de Soins Adaptés (PASA) permet d'accueillir, dans la journée, les résidents de l'EHPAD ayant des troubles du comportement modérés, dans le but de leur proposer des activités sociales et thérapeutiques, individuelles ou collectives, afin de maintenir ou de réhabiliter leurs capacités fonctionnelles, leurs fonctions cognitives, sensorielles et leurs liens sociaux.

Korian propose aussi **l'accueil de jour**. Il permet aux aînés de continuer à vivre à leur domicile, tout en bénéficiant d'une ou plusieurs journées par semaine de soins et d'activités spécifiques au sein de nos établissements. Y recourir peut être l'occasion pour la personne âgée de découvrir la vie en maison de retraite et d'estimer sa capacité et sa volonté à y vivre de manière permanente.

Enfin, **le Court Séjour est une solution flexible et adaptée** permettant de répondre à des besoins ponctuels ou répétés. Elle permet de faire face à des situations d'urgence, dans la plus grande bienveillance en accueillant les aînés de quelques jours à plusieurs mois. Elle permet aussi de prendre le relais de l'aidant dans la prise en soin de son proche.

Les Thérapies Non Médicamenteuses

Les Thérapies Non Médicamenteuses de Korian sont **une démarche de soin et d'accompagnement** à part entière, basée sur les capacités préservées du résident, **dans le but de diminuer les traitements médicamenteux.**

Ces thérapies sont mises en œuvre grâce à **l'expertise des soignants formés aux différentes approches** et font intégralement partie du projet personnalisé. Les thérapies non médicamenteuses sont intégrées au quotidien favorisant ainsi le bien-être des résidents.

Les Thérapies Non Médicamenteuses sont réparties en trois axes incluant des outils amenés à être enrichis et à évoluer en fonction des besoins des résidents :

- **Les thérapies fonctionnelles**, qui visent à stimuler les capacités motrices comme par exemple la marche, l'équilibre... Pour cela, Korian propose des activités physiques en groupe mais également une rééducation physique par des plateformes connectées.
- **Les thérapies cognitives**, qui ont pour but d'améliorer l'ensemble des fonctions cognitives et sociales par le biais d'exercices répétés. Elles stimulent la mémoire, entraînent les différentes zones du cerveau comme le langage, les souvenirs...
- **Les thérapies comportementales**, qui cherchent à soulager les situations complexes (cris, agitation, angoisse, repli sur soi, refus de s'alimenter, tristesse) en apportant du bien-être.



Des équipes engagées

Afin d'aider les résidents atteints de la maladie d'Alzheimer à se sentir compris et réconfortés, nos équipes veillent chaque jour à **satisfaire leurs souhaits et leurs besoins, à apporter paroles et gestes apaisants et à instaurer une relation de confiance.**

Les collaborateurs qui travaillent dans les Espaces de Vie Protégés sont régulièrement formés et créent un relationnel de confiance avec les résidents. Le jour comme la nuit, les résidents sont rassurés, réconfortés par une équipe investie.

Au-delà des soins, nos équipes portent une grande attention à **la qualité de la restauration, car l'alimentation est une source importante de plaisir et de stimulation.**

Dans les Espaces de Vie Protégés, les résidents déjeunent tous ensemble. Les cuisines thérapeutiques permettent de faire des activités domestiques avec les résidents: éplucher les légumes et préparer des gâteaux pour les repas et les goûters.

Se sentir utile, être occupé et satisfaire ses envies sont essentiels à chacun, c'est pourquoi Korian propose **des activités variées.**

Favoriser les contacts sociaux contribue au maintien des capacités et nécessite une collaboration étroite entre professionnels et familles. Parce que les personnes malades ont besoin de repères, **l'ensemble du personnel de nos établissements est mobilisé.**

Qu'il s'agisse d'installer un meuble personnel dans la chambre, de réconforter les enfants, d'accueillir les petits-enfants, d'organiser une sortie à l'extérieur...

La présence des proches des résidents joue un rôle majeur dans l'accompagnement. Les professionnels sont également disponibles pour accompagner les aidants, en leur apportant écoute, conseils et soutien sur la manière d'appréhender l'évolution de la maladie de leur proche et maintenir un lien affectif.



Communiquer avec son proche



Korian Val d'Essonne (78)

La place des aidants

Durant le séjour de votre proche en maison Korian, **votre rôle est clé** car vous le connaissez parfaitement. Aussi, vous serez notre interlocuteur privilégié.

La relation de confiance est essentielle, raison pour laquelle vous pouvez solliciter un rendez-vous à tout moment avec le directeur ou un membre de son équipe, pour évoquer un souhait, une difficulté, une incompréhension ou un dysfonctionnement.

Vous serez convié à partager des temps festifs avec votre proche ou à participer à la vie de la maison notamment par le biais des différentes commissions ou encore de certains temps d'animation tels que des événements annuels ou des sorties.

Les professionnels de nos maisons Korian sont aussi disponibles pour vous en tant qu'aidant. Parce qu'être confronté à la maladie déstabilise et modifie les relations, voire épuise ; **il est important de prendre soin de vous.** Le psychologue de l'établissement est disponible et à l'écoute si vous en éprouvez le besoin, et il pourra également vous apporter des éléments de compréhension sur les attitudes de votre proche, son comportement...



Des conseils pour favoriser la communication

Au fil du temps, la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer (ou de troubles apparentés) arrive de moins en moins à exprimer verbalement ses besoins et à comprendre les demandes de son entourage.

Les difficultés à communiquer sont accentuées par la perte de mémoire, qui rend la mémorisation de nouvelles informations plus difficile. La personne malade peut oublier l'heure de son rendez-vous chez le médecin, poser plusieurs fois les mêmes questions oubliant qu'elle les a déjà posées, etc. **Au cours de la maladie, les troubles de la mémoire affectent de plus en plus la communication.** Cependant, comme la mémoire à long terme se maintient, la personne continue à s'exprimer facilement sur les événements de son passé.

Au stade avancé de la maladie, le langage oral finit par se perdre. **La personne malade exprime alors ses besoins et ses envies à travers son comportement corporel et ses attitudes.**

Quelles attitudes adopter ?

Prendre son temps

Au début de la maladie, la personne malade présente des difficultés à trouver ses mots, et son vocabulaire s'appauvrit. Des séances d'orthophonie peuvent être prescrites par le médecin traitant afin de préserver les capacités de langage à travers des exercices ciblés. En tant que proche, faites preuve de patience, encouragez votre proche malade sans le stresser. **Donnez-lui du temps et évitez de parler à sa place.**

Établir le contact

Avant tout échange il est essentiel de capter l'attention de la personne. Pour commencer, mettez-vous face à elle pour être dans son champ de vision. Cherchez son regard et attendez qu'elle vous regarde avant de lui parler. Si elle n'a pas réalisé votre présence, attirez son attention en effleurant son épaule ou sa main.

Bien se comprendre

Avec la maladie, l'incompréhension s'installe de part et d'autre. **Il peut vous arriver de ne pas saisir ce que votre proche souhaite vous dire.** Vous pouvez alors reformuler ses propos : « Si j'ai bien compris... » ou procéder par élimination : « Est-ce que tu veux dire... ? » La personne vous dira si vous avez bien compris ou non. Toutefois, si quelque chose continue à vous échapper, n'insistez pas afin d'éviter qu'elle ne s'énerve ou se renferme sur elle-même. Vous pouvez aussi consigner par écrit certaines informations (phrases simples, gros caractères) et afficher le mot à un endroit propice. Votre proche aura ainsi accès à l'information et vous ne devrez pas constamment répéter la même chose.

Choisir ses mots

Faites des phrases courtes, parlez lentement et utilisez des mots simples. N'hésitez pas à répéter ou à écrire les informations importantes. Donnez une seule consigne à la fois et attendez que la personne ait réalisé la tâche ou répondu avant de passer à autre chose. Lorsque la personne doit faire un choix, proposez-lui deux options : « Aimerais-tu un café ou un verre d'eau ? » Lorsque vous lui posez des questions, évitez les « pourquoi ? », qui font appel à une pensée logique.

L'humour ou toute autre astuce pour détendre la relation, comme le rire ou le chant, facilitent grandement l'échange. Des encouragements, des félicitations et des remerciements par un sourire ou un mot contribuent à une bonne relation.

Adapter l'environnement

Le cadre dans lequel a lieu l'échange peut faciliter ou freiner la communication. La personne malade aura plus de difficultés à se concentrer et à vous comprendre s'il y a une musique de fond, si vous vous trouvez dans une pièce bruyante ou si elle est gênée par une lumière trop vive. Veillez à ce qu'elle ne soit pas occupée à autre chose lorsque vous avez une information importante à lui dire.

Comment faire face aux situations courantes ?

Le déni des difficultés

Une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer n'a souvent pas conscience de sa maladie ni de l'impact de celle-ci sur son quotidien. Lorsqu'elle n'admet pas ses difficultés, il est inutile d'argumenter. Si elle refuse d'aborder certains sujets avec vous, reprenez la discussion plus tard, de préférence dans un autre contexte. À votre demande, un médecin ou un tiers peut aborder les sujets problématiques.

Les répétitions constantes

Une personne malade se répète fréquemment, car elle ne se souvient pas de ce qu'elle vient de dire ou de demander. Elle peut aussi rester « bloquée » sur une action ou un événement, qu'elle ressasse alors à l'infini, ce qui est épuisant et irritant pour l'entourage. Gardez votre calme et souvenez-vous qu'elle ne cherche pas à vous fâcher. Lorsqu'une personne demande sans arrêt : « À quelle heure partons-nous ? », vous pouvez répondre : « Je sais à quel point cette sortie est importante pour toi. Pas de souci, je m'occupe de l'organisation ! » ou trouver une échappatoire en répondant à la question par une autre question : « Tu as hâte de partir ? ».

Les accusations infondées

Avec l'évolution de la maladie, la personne perd ses repères et le contrôle sur sa vie. Si, par exemple, elle ne trouve plus un objet, il peut arriver qu'elle soupçonne et accuse quelqu'un de vol. Écoutez sa plainte sans chercher à la raisonner ni à la contredire



ou à lui donner raison. Parlez plutôt de l'inconfort que cela provoque chez elle, demandez-lui de décrire l'objet recherché, quelle signification il a pour elle, etc.

Le désir de rentrer à la maison

Il est fréquent qu'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer demande à rentrer « chez elle », même si elle se trouve dans son propre logement. **Elle cherche en réalité un lieu où elle s'est sentie en sécurité par le passé**, car elle se sent perdue et n'a plus de repères. Rassurez-la en lui parlant d'une voix calme et en lui montrant des objets familiers. Parfois, une promenade peut permettre de désamorcer la situation, car elle se terminera par un « retour à la maison ».

Les propos obscènes

La personne malade peut développer des comportements inappropriés liés à la désinhibition et tenir des propos vulgaires. Elle peut vous insulter ou proférer des insanités. **Ne relevez pas ses propos, ignorez ses dires et attirez son attention sur autre chose qui pourrait l'occuper.**

L'importance de la communication non verbale

Avec l'avancée de la maladie, la parole diminue et le langage corporel gagne en importance dans les échanges. Il est donc bénéfique de développer un mode relationnel axé sur la tendresse et d'adopter un timbre de voix clair et calme. Si la personne accepte le contact, proposez-lui de prendre votre bras, tendez votre main ouverte vers elle en signe d'apaisement et ayez des gestes lents, doux et enveloppants qui éveillent un sentiment de sécurité et de bienveillance.

Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer perçoivent votre langage corporel, captent vos émotions et y réagissent.

Les équipes de nos maisons sont disponibles pour vous aider à comprendre les troubles du comportement de votre proche et vous donner de précieux conseils.





KORIAN

MAISONS DE RETRAITE

Nos équipes sont à votre disposition pour répondre à vos questions et vous guider au mieux dans vos prises de décisions.



01 85 65 76 11*

www.korian.fr

Korian, les maisons de retraite de la communauté Clariane.

*PRIX D'UN APPEL LOCAL. Du lundi au vendredi de 8h à 19h30 et le samedi de 9h à 17h.

Clariane France, 21-25 rue Balzac 75008 Paris, SAS au capital de 219.548.335,40 € – RCS 892 318 882 Paris – Crédits Photos: © Matthieu Cadrot © Guillaume Leblanc (Les personnes représentées sur la présente publication n'ont pas de lien avec les pathologies évoquées). Conception: juillet 2023.

Ne pas jeter sur la voie publique.