

LES TROUBLES NEUROCOGNITIFS MAJEURS

Programme régional ambulatoire de gériatrie
(PRAG)



L'AGITATION



QU'EST-CE QUE L'AGITATION?

L'agitation regroupe plusieurs comportements moteurs et verbaux que peuvent présenter les personnes atteintes de troubles neurocognitifs. Il existe quatre grandes catégories :

Agitation verbale sans agressivité

Crier (sans contenu hostile), parler constamment, faire des demandes et des sons répétitifs, marmonner, fredonner, etc.

Agitation verbale avec agressivité

Crier ou hurler (avec propos hostiles), menacer, blasphémer.

Agitation physique sans agressivité

Déambuler, fouiller, uriner ou déféquer dans des endroits inappropriés, lancer des objets ou de la nourriture, etc.

Agitation physique avec agressivité

Pincer, griffer, mordre, cracher, frapper, donner des coups de pied, briser ou lancer des objets sur les gens.



QUELLES SONT LES CAUSES POSSIBLES?

Certaines causes peuvent être identifiées dans l'environnement ou chez la personne directement. Lorsque votre proche est agité, il tente peut-être de communiquer avec vous par son comportement, et ce, pour indiquer que quelque chose ne va pas.

Ainsi, tentez d'observer :

- ❖ S'il a faim ou soif ou envie d'aller à la toilette;
- ❖ S'il a mal ou ressent un inconfort;
- ❖ S'il est fatigué, s'il s'ennuie;
- ❖ S'il est anxieux, fâché ou triste;
- ❖ S'il y a trop de stimulations dans l'environnement (bruit, luminosité, trop de personnes en même temps);
- ❖ Problème de santé aigu (douleur, toux, constipation, infection, etc.) → **consultez un médecin ou une infirmière;**
- ❖ *Delirium* (changement de comportement soudain et inhabituel) → **consultez un médecin en urgence.**



COMMENT PRÉVENIR?

**Prenez tout d'abord un moment pour consulter le document
« L'approche adaptée ».**

- ❖ Soyez et restez calme. La personne peut réagir à notre propre agitation;
- ❖ Vérifiez si la personne a faim ou soif, si elle a de la douleur, si elle doit aller à la toilette;
- ❖ Soyez à l'affût du niveau de fatigue (bâillement, somnolence, irritabilité);
- ❖ Établissez une routine stable et constante : faire les mêmes choses aux mêmes heures;

- ❖ Gardez un environnement calme et adapté : diminuez la stimulation environnante (radio, télévision, lumière forte, etc.);
- ❖ Évitez de mettre la personne en situation d'échec. Par exemple : « Voyons! Tu ne te souviens pas? Je te l'ai déjà dit il y a deux minutes! »;
- ❖ S'adonner à des activités motrices avec la personne, si sa condition physique le permet.

COMMENT INTERVENIR?

- ❖ Évitez d'argumenter ou de raisonner la personne;
- ❖ Demeurez calme et à une distance sécuritaire (environ un bras de distance).
- ❖ Utilisez des consignes simples, **une consigne à la fois**;
- ❖ Laissez la personne exprimer ce qu'elle ressent et la rassurer;
- ❖ Dirigez-la vers un endroit calme et laissez-lui un moment de repos;
- ❖ Faites de la diversion (parler de sujets qui l'intéressent, faire une activité, des tâches ménagères, une promenade ou regarder un album photo, etc.);
- ❖ Évitez d'infantiliser la personne et dédramatisez la situation;
- ❖ Évitez de faire un retour sur la situation. Aidez simplement la personne à mettre des mots sur l'émotion vécue.

IMPORTANT!

La maladie n'excuse pas les comportements de violence. Blesser quelqu'un demeure illégal, même si la personne a un trouble cognitif. Si votre sécurité est compromise, contactez les services d'urgence en composant le 911.

Si les comportements persistent malgré l'application des mesures présentées dans ce guide, n'hésitez pas à aller chercher un accompagnement spécialisé :

- **Info-Santé ou Info-Social au 811;**
- **L'intervenant pivot au soutien à domicile (CLSC);**
- **L'équipe soignante;**
- **Le médecin de famille ou le médecin de la résidence.**

Les stratégies proposées dans ce document sont des pistes de solutions à explorer. Soyez créatif et adaptez-les à votre proche, car **c'est vous qui le connaissez le mieux!**

Conception par Guillaume Lajoie et Natacha Aubé, psychoéducateurs PRAG. Avril 2022.
En collaboration avec l'équipe professionnelle PRAG et une proche aidante.

Inspiré de :

Gouvernement du Québec (2012). *Agitation dans les démences* (2^e édition). Repéré à https://www.cisss-at.gouv.qc.ca/partage/AAPA/Fiche_Agitation-dans-les-demences.pdf

Phaneuf, M. (2007). *Le vieillissement perturbé : La maladie d'Alzheimer* (2^e édition). Montréal, Canada : Chenelière Éducation.