

La sécurité à domicile



La sécurité à domicile

La sécurité à domicile

Adapter la maison pour soutenir la personne atteinte de démence. Il est de prime importance, en prenant soin d'une personne atteinte de démence, d'avoir un lieu d'habitation sûr et qui soutient la personne.

Au fur et à mesure que la maladie d'Alzheimer progresse, les capacités d'une personne atteinte de démence se modifient. En ayant recours à la créativité, à flexibilité et à la résolution de problèmes, un caregiver peut adapter le lieu d'habitation pour soutenir ces changements. Les altérations cérébrales qui peuvent affecter la sécurité de la personne incluent:

- **Jugement**

Oublier comment employer des appareils électroménagers

- **Sens du temps et de l'espace**

Se perdre sur son chemin; ne pas pouvoir reconnaître ou identifier des pièces dans la maison

- **Comportement**

Devenir facilement confus, soupçonneux ou craintif

- **Capacité physique**

Avoir des problèmes au niveau de l'équilibre; dépendre d'un déambulateur ou d'un fauteuil roulant pour se déplacer

- **Sens**

Avoir des modifications au niveau de la vision, de l'audition, de la sensibilité à la température ou de la perception de la profondeur.

Informations pour un lieu d'habitation sûr

1- Évaluez votre lieu d'habitation.

Regardez votre maison avec les yeux d'une personne atteinte de démence. Quels objets pourraient blesser la personne? Identifiez les zones de danger possibles. Est-il facile de sortir dehors ou de se diriger vers des secteurs potentiellement dangereux comme la cuisine, le garage ou le sous-sol?

2- Concentrez-vous sur l'adaptation plutôt que sur l'éducation.

Évitez d'essayer de rééduquer la personne au niveau de la sécurité. Au lieu de cela, identifiez les risques possibles et prenez les précautions nécessaires.

3- Simplifiez les activités.

La plupart des accidents, particulièrement au niveau des soins personnels, se produisent quand la personne est en hâte. Divisez les activités en tâches simples, effectuées pas à pas, en donnant à la personne tout le temps qu'il lui faut pour les accomplir. Donnez une aide supplémentaire lorsque les tâches deviennent trop difficiles à accomplir.

4- Essayez de répondre aux besoins de la personne.

Essayez de ne pas avoir une maison qui semble trop restrictive. La maison devrait encourager l'indépendance, l'interaction sociale et les activités significatives.

5- Soyez réalistes au sujet de ce que vous pouvez faire.

Vous ne pouvez pas empêcher tout problème. Comptez sur votre bon sens tout en prêtant une attention particulière aux objets ou aux activités qui pourraient être dangereux.

I- Procurer un lieu hors de danger pour vivre.

Après avoir identifié les problèmes de sécurité potentiels, prenez ces mesures pour modifier votre maison.

Limitez l'accès aux endroits potentiellement dangereux

La personne atteinte de démence peut être en danger en accédant à certains secteurs de la maison ou à l'extérieur.

Gardez les secteurs dangereux hors de portée:

Fermez à clef ou masquez les secteurs dangereux.

Installez les serrures hors de vue

Placez des verrous très bas ou très haut sur les portes extérieures pour empêcher la personne de sortir à l'extérieur de la maison. Gardez un ensemble supplémentaire de clefs cachées près de la porte pour un accès facile. Enlevez les serrures dans les salles de bains ou les chambres à coucher de sorte à empêcher la personne de verrouiller les portes de l'intérieur.

Utilisez des dispositifs de sécurité spéciaux

Les serrures de sécurité enfants et les boutons de porte peuvent permettre de limiter l'accès aux zones de stockage des couteaux, appareils et équipement, aussi bien que des liquides de nettoyage et d'autres produits toxiques.

Adaptez-vous aux changements de la vision chez la personne

Au fur et à mesure que la maladie progresse, les altérations de la vision peuvent rendre difficile à la personne de distinguer des couleurs et de comprendre ce qui est vu. Pour s'adapter aux limitations de la vue:

Diffusez une lumière faible.

Réduisez la lueur en enlevant ou en couvrant les miroirs et les surfaces en verre ou les meubles fortement polis. Atténuez la forte lumière du soleil en couvrant les fenêtres de stores, d'abat-jours ou de rideaux extra-fins. Évitez d'employer des ampoules dénudées ou des ampoules de décoration sans abat-jours. La réduction de la lueur permet d'atténuer l'agitation chez une personne atteinte de démence.

Créez un niveau égal d'éclairage

Ajoutez des sources supplémentaires d'éclairage dans les entrées, sur les paliers extérieurs, les secteurs entre les salles, les escaliers et les salles de bains. Les changements de niveaux de la lumière peuvent désorienter une personne atteinte de démence.

Employez différentes couleurs

Placez des tapis aux couleurs contrastées devant les portes ou les marches pour aider la personne à anticiper la présence des escaliers et les entrées des pièces. Mais évitez d'employer un tapis de couleur foncée parce qu'il peut ressembler à un « trou ». Mettez des autocollants colorés sur les portes de verre et les grandes fenêtres, pour éviter à la personne de penser qu'elles sont ouvertes.

Installez un éclairage spécial

Employez des veilleuses dans les vestibules, les chambres à coucher et les salles de bains pour prévenir les accidents et pour réduire la désorientation - particulièrement dans des cas d'errance nocturne. Les commutateurs et les minuteurs de lumière dans ces secteurs peuvent également assister la personne la nuit.

Prenez garde aux objets et substances.

Même les appareils ou objets ménagers les plus communs et élémentaires peuvent devenir dangereux pour la personne atteinte de démence.

Pour réduire le risque de blessures:

Limitez l'utilisation de certains appareils et équipements

L'eau et l'électricité constituent une combinaison dangereuse.

Enlevez de la salle de bains les appareils électriques, tels que les rasoirs ou sècheurs, pour réduire le risque d'électrocution.

Dans la cuisine, mettez hors de portée les appareils potentiellement dangereux comme les mélangeurs et les ustensiles tels que les couteaux.

Pensez à ôter les boutons des fourneaux. Vous pouvez également installer un clapet à gaz ou un disjoncteur pour que la personne ne puisse pas allumer le fourneau.

Mettez en lieu sûr les grills, les tondeuses à gazon, les machines-outils et les armes à feu. La personne peut avoir oublié comment employer sans risque ces articles.

Surveillez la consommation de boissons alcoolisées et tabac.

Surveillez la personne pendant n'importe quelle consommation de cigarettes, de cigares ou de pipes. Elle peut ne pas réaliser les dangers liés à la consommation de cigarettes. Surveillez la consommation d'alcool à cause de ses effets nocifs, en particulier si mélangé à des médicaments.

Prenez garde aux items pris pour des aliments.

Il est habituel que les gens atteints de démence mangent des items tels que des cailloux, des saletés, plantes, fleurs et bourgeons de fleurs. Prenez des précautions en enlevant les plantes toxiques et les fruits décoratifs (en cire et plastique, etc.) que la personne peut prendre pour vrais. En outre, enlevez les vitamines, les médicaments, les substituts de sucre, les assaisonnements des tables et comptoirs de la cuisine.

Mettez en lieu sûr les produits ménagers chimiques

Gardez en lieu sûr les réserves de nettoyage, comme le détergent de blanchisserie, le savon de vaisselle et d'autres liquides dangereux, de sorte que la personne ne puisse pas les boire par inadvertance.

Gardez les couloirs de passage désencombrés

Réduisez le risque de blessures et créez des couloirs de passage hors de danger en enlevant les objets comme les supports de magazines, tables à café et lampes de plancher. Gardez les planchers et d'autres surfaces libres de tout encombrement.

Évitez les blessures pendant les activités quotidiennes

La plupart des accidents à domicile se produisent pendant les activités quotidiennes, au moment des repas, du bain et des toilettes. Prenez des précautions spéciales à ces moments.

Pour réduire le risque de blessures:

Surveillez la température

Au fur et à mesure que la maladie progresse, la personne peut devenir moins consciente de la température.

Pour éviter les brûlures, envisagez de régler les chauffe-eau à 45 degrés au plus.

Aidez la personne à mélanger l'eau chaude et froide, et une fois que vous avez fini, fermez toujours l'eau chaude en premier lieu.

Vérifiez toujours la température des aliments avant de les servir pour vous assurer qu'ils ne sont pas trop chauds ou trop froids.

Prévenez les chutes.

Installez des tapis de bain et barres d'agrippement dans la douche ou la baignoire et sur le bord du lavabo pour permettre à la personne de se déplacer sans risque et de façon indépendante.

Les sièges de douche et les chaises de commode sont également utiles si la personne a une capacité limitée de se déplacer.

Ajoutez les autocollants en tissu aux surfaces glissantes. Appliquez des ventouses aux tapis de bain pour les garder en place - ou enlevez-les complètement. Appliquez des coussinets sur les bords pointus des comptoirs et les installations de salle de bains.

Supervisez les médicaments

Une personne atteinte de démence peut avoir des problèmes à prendre correctement ses médicaments. Il ou elle peut oublier de les prendre ou en prendre trop. Installez des serrures pour limiter l'accès à tous les coffrets contenant des médicaments.

II- Créer une ambiance de soutien.

Assurez-vous que votre maison répond aux besoins changeants de la personne, ce qui est aussi important que la sûreté.

Encouragez l'indépendance du déplacement

Éliminez les objets dangereux, et limitez l'accès aux secteurs dangereux comme les cages d'escalier, les cuisines et les portes extérieures. Déplacez les meubles ou d'autres obstacles pour créer plus d'espace pour les fauteuils roulants ou les déambulateurs.

Faites participer la personne aux activités quotidiennes

Faites participer la personne dans la préparation des repas, la vaisselle, au pliage des vêtements ou à d'autres activités que vous superviseriez. Ces activités peuvent augmenter l'estime de soi et donnent à la personne le sentiment d'être mieux valorisée dans le ménage.

Adaptez l'environnement pour encourager les activités

Dans les endroits principaux, placez des albums, photo-albums ou vieux magazines qui aident la personne à se souvenir. Encouragez la conversation à leur sujet. Jouez un genre de musique favori pour encourager la danse, les applaudissements ou d'autres types d'exercices. Gardez le volume bas, les bruits forts et distrayants pourraient déranger la personne.

Permettez un accès à l'extérieur

Encouragez la personne à apprécier, sous supervision, les activités en plein air dirigées comme le jardinage ou la marche. Si sortir n'est pas une option, considérez les activités d'intérieur dans une chambre pleine de fenêtres ou sur une véranda ou un balcon intérieurs.

Soyez préparé pour des urgences

Gardez une liste des numéros de téléphone d'urgence, des adresses de la croix rouge locale (ou tout autre service d'ambulance) et les hôpitaux. Vérifiez souvent les extincteurs et les alarmes de fumée.