

# J'ACCOMPAGNE MON PROCHE



Mieux comprendre  
les derniers moments de vie





En tant qu'accompagnateur d'un proche qui choisit de recevoir l'aide médicale à mourir, ce guide vous permettra de mieux comprendre les derniers moments de vie, de vous y préparer et de faciliter votre deuil.

Accompagner votre proche dans une démarche d'aide médicale à mourir, c'est lui offrir votre soutien jusqu'au terme de sa vie. Ce soutien peut se manifester par l'écoute, la chaleur humaine et la compassion. Dans les derniers moments de vie, nous vous recommandons d'être respectueux des choix et des besoins de votre proche afin de faciliter son passage vers la mort.

## LES ADIEUX

Accompagner, c'est aussi faire ses adieux! Ceux-ci sont bouleversants et plusieurs émotions peuvent se manifester (anxiété, peur, tristesse, colère, impuissance, culpabilité ou soulagement) et peuvent vous faire souffrir ou devenir intolérables. Il est important de prendre soin de vous. N'hésitez pas à demander le soutien des membres de votre famille et de vos amis. Les infirmières et infirmiers, de même que les professionnels de la santé (médecins, travailleuses et travailleurs sociaux, psychologues, intervenantes et intervenants en soins spirituels) sont également là pour vous écouter et vous aider à envisager ces derniers moments. Faites appel à eux si vous en ressentez le besoin.

Les adieux peuvent aussi se faire par un rituel de fin de vie. Qu'il soit spirituel ou religieux, intégrer un rituel crée un rassemblement autour d'une même réalité. Il permet de vivre ensemble les émotions ressenties face au décès imminent.

**Ce rituel peut prendre plusieurs formes :**

- Lecture de pensées ou de prières adaptées aux circonstances;
- Lecture de textes significatifs (textes philosophiques, sacrés...);
- Musique qui évoque des souvenirs ou qui suscite un recueillement;
- Accès à des objets importants, à des photos reliées à des souvenirs heureux;
- Partage de nourriture et de boisson, etc.

Nous vous invitons à discuter avec votre proche de ce rituel, car il peut apaiser, favoriser la parole et faciliter la fin de vie. Les infirmières et l'équipe des intervenants en soins spirituels peuvent également vous aider à le réaliser.

## À QUOI VOUS ATTENDRE

Selon les souhaits de votre proche, vous aurez à prendre une décision quant à votre présence lors de l'administration de l'aide médicale à mourir.

Si vous choisissez d'être présent, n'hésitez pas à parler à votre proche durant son sommeil. Nous ignorons s'il peut encore entendre, mais nous savons que l'ouïe est le dernier sens à disparaître avant la mort. Vous pouvez également manifester votre présence par le toucher, car c'est aussi une

forme de langage perceptible. À cet effet, si vous le souhaitez, vous pouvez vous asseoir tout près de votre proche et lui tenir la main durant l'administration des médicaments.

N'oubliez pas qu'à tout moment, vous pouvez vous retirer à l'extérieur de la chambre; soyez à l'écoute de votre propre bien-être physique et émotionnel.

### Voici quelques informations en lien avec la procédure qui peuvent vous aider à prendre cette décision :

- La mort est paisible : votre proche meurt dans son sommeil;
- Les médicaments utilisés lors d'une aide médicale à mourir ne causent aucune douleur, aucune souffrance;
- Les médicaments sont administrés dans les veines via un cathéter intraveineux;
- Les médicaments sont répartis dans plusieurs seringues;
- Les médicaments sont administrés sur une période de 5 à 10 minutes et le décès survient rapidement.

### Plus précisément, le médecin administre trois médicaments :

- Le premier médicament utilisé diminue l'anxiété et engendre un sommeil léger;
- Le second médicament entraîne un sommeil profond (il est possible d'entendre des ronflements ou de voir sa bouche s'entrouvrir. Cela est tout à fait normal, car votre proche dort profondément.);
- Le dernier médicament ralentit puis arrête la respiration.

Afin d'assurer votre bien-être durant la procédure, nous vous recommandons :

- De vous alimenter, car les émotions vécues lors de l'aide médicale à mourir peuvent être ressenties physiquement, ce qui est tout à fait normal. Bien que votre appétit puisse être réduit, ne restez pas l'estomac vide;
- De prendre vos médicaments prescrits comme à l'accoutumée et de suivre la prescription de votre médecin. Si vous prenez au besoin des médicaments contre l'anxiété, la douleur ou tout autre symptôme, apportez-les lors de l'administration de l'aide médicale à mourir;
- De nous informer de votre état de santé (hypertension, diabète, trouble anxieux, etc.) afin que nous puissions vous aider si cela est nécessaire.

## LE RECUEILLEMENT

Après le décès, vous pouvez bénéficier d'une période de recueillement dans la chambre allant jusqu'à quatre heures. Durant cette période, nous respectons votre intimité et allons peu dans la chambre. Le personnel demeure toutefois disponible afin de vous soutenir et d'assurer votre sécurité. D'autres professionnels peuvent aussi être présents afin de vous accompagner dans ce moment difficile.

## LORS DE VOTRE DÉPART

Lors de votre départ, nous vous remettrons une liste de différentes ressources d'aide et de soutien (gratuites ou à prix modique) dans la grande région de Montréal pour vous soutenir dans votre deuil.

Avant de partir de la chambre, assurez-vous d'avoir pris l'ensemble des effets personnels de votre proche et d'avoir retiré tous ses bijoux. Les effets que vous souhaitez laisser seront remis au service des bénévoles du CHUM.

N'oubliez pas que vos émotions peuvent perturber votre concentration sur la route. Assurez-vous d'avoir un transport sécuritaire pour le retour à la maison.

Finalement, nous guiderons la personne désignée pour la prise en charge administrative du décès.

CONTACTEZ-MOI :

---

---

numéro

