

Les derniers moments de la vie



Vous accompagnez un être aimé en fin de vie. Cela peut éveiller beaucoup d'émotions et de questions, notamment face aux changements que subit le corps à l'approche de la mort. Cette fiche a pour but de vous aider à mieux les comprendre et à mieux vous y préparer.

L'équipe de soins est là pour répondre à vos questions et vous soutenir dans les moments plus difficiles. N'hésitez pas à faire appel à elle.

Quels signes peuvent apparaître dans les derniers JOURS de la vie ?

La fin de la vie est une expérience propre à chacun. Certaines transformations touchent la majorité des personnes, mais elles n'apparaîtront peut-être pas toutes chez votre proche. Ou pas dans cet ordre.

Votre proche peut :

- > **Devenir de plus en plus faible et fatigué.** Il peut avoir du mal à se lever et à bouger ou ne plus en être capable du tout. Pour éviter les douleurs et les plaies de pression (plaies de lit), l'équipe de soins vient régulièrement le changer de position.
- > **Avoir le teint pâle et un visage très amaigri.** Souvent, la personne en fin de vie n'a plus d'appétit. Votre proche peut en venir à ne plus vouloir boire ou manger. Cela fait partie des étapes de la fin de vie.

- > **Avoir la bouche sèche.**

Des soins de la bouche seront faits régulièrement pour soulager la sécheresse et la sensation de soif. L'application d'un gel hydratant sur les gencives et l'intérieur des joues aide beaucoup. Si les lèvres sont sèches, on peut mettre un baume.

- > **Avoir des douleurs de plus en plus fortes.**

Celles-ci peuvent avoir plusieurs causes. Le seul fait de ne pas bouger (l'ankylose) en est une. Les douleurs sont surveillées de très près. Tout sera fait pour les soulager le mieux possible selon les besoins et l'état de votre proche.

- > **Dormir de plus en plus souvent.**

Son sommeil est de plus en plus profond. Il finit par ne plus pouvoir se réveiller et avaler ses médicaments. Ceux-ci sont alors donnés par piqûre (injection sous-cutanée).

- > **Être agité durant les 2 ou 3 derniers jours.**

Il se peut qu'il bouge sans arrêt, qu'il soit agressif ou tienne des propos confus ou blessants. Vous pourriez avoir l'impression de ne plus le reconnaître, ce qui peut être bouleversant. Discutez-en avec l'équipe de soins, qui saura vous soutenir de différentes façons. Au besoin, des médicaments calmants peuvent être donnés à votre proche.

Quels signes peuvent apparaître dans les dernières HEURES de la vie?

Votre proche peut :

- > Être couché, **inconscient**. Ses yeux peuvent être fermés ou entrouverts, avec le regard fixe.
- > Avoir les **extrémités** de plus en plus **froides** et bleutées.
- > **Respirer de façon irrégulière**. Cela veut dire que la rapidité et la profondeur de la respiration varient. La respiration peut aussi s'arrêter pendant quelques instants puis repartir d'elle-même.
- > Avoir des **sécrétions dans les bronches**, les conduits qui amènent l'air aux poumons. Il peut y avoir de la toux ou pas. Les sécrétions rendent la respiration bruyante, un peu comme un fort ronronnement. Cela peut paraître inquiétant. N'hésitez pas à demander à l'équipe de soins si c'est normal. Quand la personne est endormie, ces sécrétions ne font pas mal.



Personne ne peut prédire le moment exact du décès. La façon dont il survient reste un mystère à bien des égards.

Comment la douleur est-elle soulagée?

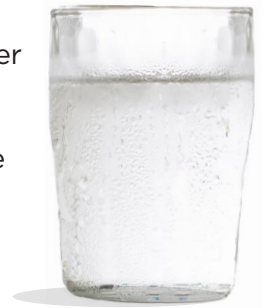
Voir l'être aimé souffrir est souvent l'une des principales craintes des proches. Mais l'équipe de soins fait très attention à la douleur. Elle la soulage le mieux possible par des médicaments et change les doses dès qu'il le faut.

Même si la personne ne peut plus parler, on peut quand même évaluer sa douleur.

Mon proche ne veut plus manger. Que puis-je faire?

Même si ce peut être très difficile pour vous, il vaut mieux ne pas le pousser à manger. Le faire manger alors qu'il n'en a plus la force ou lorsqu'il est plutôt endormi augmente le risque d'étouffement. Cela entraîne de grands inconforts.

Dans le doute, demandez à l'infirmière s'il est sécuritaire de le faire manger. De petites quantités de liquide ou encore de petits glaçons à croquer suffisent souvent à satisfaire la personne en fin de vie. Tentez de respecter le rythme de votre proche.



Pourquoi ne lui donne-t-on pas de soluté?

Le soluté est une hydratation donnée à travers un tube branché à une veine. Cela causerait des inconforts qui peuvent être importants, comme de l'enflure et plus de sécrétions dans les bronches.

Mon proche semble endormi. Peut-il m'entendre et sentir ma présence?

Oui. On pense que l'ouïe et le toucher sont les derniers sens présents en fin de vie. N'hésitez pas à toucher votre proche, à lui tenir la main, à lui parler doucement. Vous pouvez aussi faire jouer de la musique qu'il aime.





Que puis-je faire pour l'aider?

Votre seule présence contribue beaucoup à son bien-être et à son sentiment de sécurité.

Si vous le voulez, vous pouvez aussi participer aux soins. L'équipe vous montrera comment faire. Vous pouvez aider, par exemple :

- aux soins de la bouche
- à la toilette du matin
- à placer votre proche dans son lit pour qu'il soit à l'aise

L'aide que chacun des membres d'une même famille est capable d'apporter peut varier beaucoup. Chacun a sa propre histoire de vie et de maladie, et son propre lien avec le mourant. Veillez à respecter les limites de chacun.



Le but principal de l'équipe de soins est le confort de votre proche. Les soins sont adaptés régulièrement pour répondre au mieux à ses besoins. Cela demande un travail d'équipe entre le personnel, le patient et sa famille.

À qui demander de l'aide ou poser mes questions?

Avoir un bon réseau de soutien est un grand atout dans cette situation. Les membres de l'équipe de soins sont là pour vous soutenir.

N'hésitez pas à leur poser vos questions. Au besoin, l'infirmière ou le médecin peut vous diriger vers un autre professionnel de l'unité, comme un intervenant en soins spirituels ou un psychologue.



RESSOURCES UTILES

Association québécoise de soins palliatifs :
> aqsp.org

Association canadienne de soins palliatifs :
> acsp.net

Société de soins palliatifs à domicile du Grand Montréal :
> societedesoinspalliatifs.com

Fondation Virage :
> viragecancer.org
> CHUM, Pavillon C, 14^e étage, local 7065
1051, rue Sanguinet, Montréal, H2X 3E4

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/fiches-sante

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca