

# Se préparer à recevoir l'aide médicale à mourir



**Votre demande contemporaine d'aide médicale à mourir a été acceptée. L'approche de la mort, quand on en connaît le moment exact, peut créer toutes sortes d'émotions. Cette fiche vous aidera à bien vivre vos derniers moments.**

## Comment choisit-on la date ?

À partir du moment où votre demande contemporaine d'aide médicale à mourir est acceptée, vous pouvez convenir d'une date avec votre médecin ou votre infirmière praticienne spécialisée. Donnez-vous le temps de bien y penser. On vous conseille d'en parler avec vos proches. Cela peut vous aider à faire un choix éclairé et à créer un climat serein.

Il est normal de se sentir incertain, d'hésiter entre le souhait de mettre fin à sa souffrance et le désir de vivre encore un peu.

Voici quelques questions qui peuvent vous aider dans votre décision :

- Ai-je assez d'information et de soutien pour choisir la date ?
- Ma douleur et mes autres symptômes seront-ils bien soulagés jusqu'à la date que j'ai en tête ? Sinon, peuvent-ils l'être par d'autres moyens ?
- Quelle sera la réaction de mes proches à ma décision ? Qui peut les aider ?
- Qu'est-ce qui est le plus important pour moi ? Et pour mes proches ?
- Y a-t-il des projets que j'aimerais faire ou terminer ? Comment puis-je les réaliser ?
- Une fois la date choisie, comment puis-je vivre le temps qu'il me reste avec sérénité ?

## Où vais-je rester jusqu'au moment prévu ?

Si votre état ne demande pas qu'on vous garde à l'hôpital, vous resterez à votre domicile ou dans un autre milieu de vie jusqu'à la date choisie.

Le jour venu, l'aide médicale à mourir vous sera administrée dans le lieu choisi. Pour la recevoir chez soi, il faut le demander d'avance à son équipe de soins. Vous serez alors dirigé vers votre CLSC.

## Qu'est-ce qu'un rituel de fin de vie ?

Il s'agit d'un moment pour vous réunir, vous et vos proches, et vivre ensemble les émotions ressenties à l'approche de votre décès.

Il peut prendre plusieurs formes :

- Lecture de pensées, de prières ou de textes qui ont un sens pour vous
- Écoute de musique liée à des souvenirs ou qui aide à se recueillir
- Accès à des objets qui ont un sens ou à des photos liées à des souvenirs heureux
- Partage d'un mets et d'une boisson aimés
- Témoignages

Ce rituel, qu'il soit spirituel ou religieux, apaise la fin de vie et facilite les derniers échanges avec les proches. Parlez-en avec eux. Les intervenants en soins spirituels et les infirmières peuvent aussi vous aider à préparer ce rituel.

Selon vos souhaits et ceux de vos proches, il se fera dans les jours avant la date choisie pour l'aide médicale à mourir ou le jour même où celle-ci sera administrée.

## Comment puis-je préparer mes mots d'adieux ?

Les paroles échangées en fin de vie sont précieuses. À l'approche de la mort, nous cherchons souvent à exprimer des sentiments importants. Pour certaines personnes, il peut être apaisant d'échanger sur leurs relations, leurs souvenirs ou les tâches inachevées. Chaque personne vit sa fin de vie à sa façon.

Vous et vos proches pouvez toujours compter sur votre équipe de soins pour vous soutenir et vous accompagner. Il est aussi possible de voir un psychologue, un travailleur social et un intervenant spirituel.

## Comment se dérouleront les dernières heures ?

Les dernières heures sont un moment de recueillement. Prévoyez assez de temps avant pour faire les rituels que vous souhaitez faire.

Si ces derniers moments vous stressent beaucoup, vous pouvez demander qu'on vous donne un médicament pour vous apaiser. Vous pouvez aussi recevoir en tout temps les médicaments prescrits pour soulager votre douleur.

Avant de vous administrer l'aide médicale à mourir, le médecin ou l'infirmière praticienne spécialisée vous demande une dernière fois de confirmer que vous voulez la recevoir. Vous pouvez à tout moment demander qu'elle soit remise à plus tard.

*Le contenu de ce document ne remplace en aucun cas les conseils de votre professionnel de la santé.*

## Comment sera administrée l'aide médicale à mourir ?

Après avoir eu votre consentement, le médecin ou l'infirmière praticienne spécialisée vous donnera d'abord des médicaments pour vous détendre, puis d'autres pour vous endormir. Une fois que vous serez endormi, il vous donnera ceux qui entraînent l'arrêt des fonctions vitales. Vous n'aurez ni douleur ni malaise. Votre mort sera paisible.

Le professionnel restera à votre chevet jusqu'à votre décès. Vos proches pourront aussi rester si vous le souhaitez.

## À qui poser mes questions ?

Parlez-en aux professionnels qui vous accompagnent dans votre démarche.

Un bénévole peut vous accompagner dans les jours avant si vous êtes à l'hôpital. Sa présence, son écoute et son soutien peuvent aider. Parlez-en à votre équipe de soins. Elle fera une demande pour qu'un bénévole vous visite.



### RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé du CHUM. Demandez à votre équipe de soins quelles fiches peuvent vous aider.



Vous pouvez aussi les lire sur Internet.

[chumontreal.qc.ca/fiches-sante](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)