

Choisir avec soin est la version francophone de la campagne nationale *Choosing Wisely Canada*. Cette campagne vise à encourager un dialogue entre le médecin et son patient afin de choisir les examens et les traitements les plus appropriés pour assurer des soins de qualité. La campagne *Choisir avec soin* reçoit le soutien de l'Association médicale du Québec, et les recommandations ci-dessous ont été établies par les associations nationales de médecins spécialistes.

Pour en savoir davantage et pour consulter tous les documents à l'intention des patients, visitez www.choisiravecsoin.org. Participez au dialogue sur Twitter @ChoisirAvecSoin.

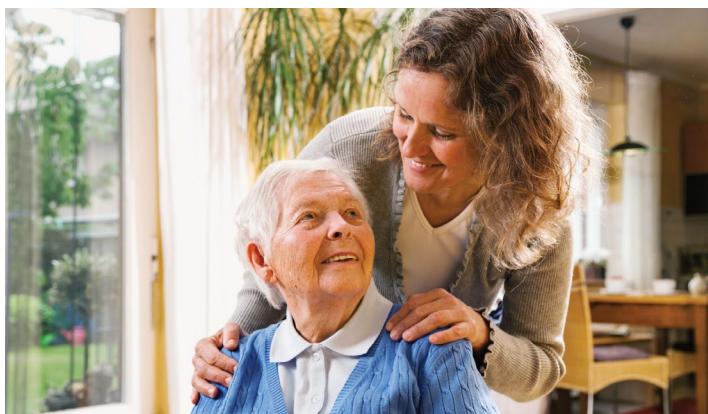
Le traitement des comportements perturbateurs chez les personnes atteintes de démence :

Les médicaments antipsychotiques ne sont généralement pas le meilleur choix

Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et d'autres formes de démence peuvent devenir agitées, agressives ou perturbatrices. Elles peuvent croire des choses qui ne sont pas vraies. Elles peuvent aussi voir ou entendre des choses qui n'existent pas. Ces symptômes peuvent causer encore plus de détresse que la perte de la mémoire.

Les médecins prescrivent souvent des médicaments antipsychotiques puissants pour traiter ces comportements :

- Olanzapine (Zyprexa et médicament de type générique);
- Quetiapine (Seroquel);
- Rispéridone (Risperdal et générique).



Si vous n'êtes pas certain que votre proche prend un de ces médicaments, informez-vous auprès de son équipe de soins de santé.

Dans la plupart des cas, selon la Société canadienne de gériatrie, les antipsychotiques ne devraient pas être le premier choix de traitement. Voici pourquoi :

Les médicaments antipsychotiques ne sont pas toujours efficaces.

Des études ont comparé ces médicaments à des comprimés de sucre ou des placebos. Ces études ont démontré que les antipsychotiques ne réduisent généralement pas les comportements perturbateurs chez les patients âgés qui sont atteints de démence.

Les médicaments antipsychotiques peuvent provoquer des effets secondaires graves.

Les médecins peuvent prescrire ces médicaments pour traiter les symptômes comportementaux de la démence, mais ils peuvent avoir des effets secondaires graves.

Les effets secondaires que vous pourriez observer sont :

- de la somnolence et de la confusion qui peuvent réduire les contacts sociaux ainsi que les aptitudes mentales en plus d'augmenter les chutes;
- le gain de poids;
- le diabète;
- des tremblements incontrôlables (qui peuvent être permanents);
- une pneumonie;
- la mort subite.

D'autres approches sont souvent meilleures.

Il est presque toujours préférable de commencer par essayer d'autres approches comme celles qui sont suggérées ci-dessous.

Assurez-vous que votre proche a subi un examen approfondi et un bilan médical.

- La cause du comportement peut provenir d'une affection courante comme la constipation, une infection, des troubles visuels ou auditifs, des troubles du sommeil ou des douleurs.
- De nombreux médicaments et des combinaisons de médicaments peuvent causer de la confusion et de l'agitation chez votre proche.

Parlez à un spécialiste du comportement de votre proche.

Celui-ci peut vous aider à trouver des moyens non médicamenteux pour régler le problème. Par exemple, lorsque quelqu'un est surpris, il peut devenir agité. Prévenir la personne avant de la toucher peut aider. L'encadré situé à droite vous offre des conseils additionnels.

Considérez d'autres médicaments d'abord.

Parlez à votre professionnel de la santé des médicaments suivants qui ont été approuvés pour le traitement de comportements perturbateurs :

- les médicaments qui ralentissent le déclin des aptitudes mentales dans la démence;
- les antidépresseurs pour les personnes qui ont des antécédents de dépression ou pour celles qui sont déprimées ou anxieuses.

Considérez les médicaments antipsychotiques lorsque :

- d'autres mesures ont échoué;
- votre proche est gravement perturbé;
- votre proche pourrait se blesser ou blesser quelqu'un d'autre.

Commencez à administrer le médicament en donnant la plus faible dose possible. Les proches aidants et les professionnels de la santé doivent surveiller attentivement le patient pour s'assurer que les symptômes améliorent et qu'il n'y a pas d'effets secondaires graves. L'usage de ces médicaments doit être interrompu s'ils n'aident pas ou s'ils ne sont plus nécessaires.

Quelques conseils pour vous aider à gérer les comportements perturbateurs

Maintenez une routine quotidienne.

Les personnes atteintes de démence deviennent souvent agitées ou irritable à l'heure du souper.

- Planifiez les activités qui demandent plus d'énergie, comme prendre un bain, tôt dans la journée.
- Mettez au menu du midi le repas le plus copieux.
- Créez une ambiance calme dans la soirée, tamisez la lumière, faites jouer de la musique apaisante et diminuez le bruit.



Aidez la personne à faire de l'exercice tous les jours.

L'activité physique aide à tirer profit de l'énergie nerveuse. Elle améliore l'humeur et le sommeil.

Rien ne sert d'argumenter avec une personne en détresse.

- Distraizez la personne avec de la musique, du chant ou de la danse.
- Demandez-lui de vous aider à accomplir une tâche simple comme mettre la table ou plier des vêtements.
- Amenez la personne dans une autre pièce pour l'aider à se calmer ou allez faire une petite promenade avec elle.

Planifiez des activités simples et des visites amicales.

L'ennui et la solitude peuvent augmenter l'anxiété. Les programmes de jour pour adultes proposent des activités pour les aînés. Ils permettent également d'offrir un répit aux proches aidants.

© 2014 Consumers Union of United States, Inc., 101 Truman Ave., Yonkers, NY 10703-1057. Créé en collaboration avec la Société canadienne de gériatrie pour Choisir avec soin, en partenariat avec l'Association médicale canadienne. Des portions de ce rapport sont dérivées du document de la Société canadienne de gériatrie intitulé « Les cinq examens et traitements sur lesquels les médecins et les patients devraient s'interroger ». Ce rapport ne doit pas remplacer les conseils d'un médecin. Ni l'Université de Toronto, ni l'Association médicale canadienne, ni la Société canadienne de gériatrie, ni le Consumer Reports ne seront responsables d'erreurs ou d'omissions, quelles qu'elles soient, ou de toutes conséquences de celles-ci, ou de l'utilisation de toute information contenue dans ce rapport.