

10 Questions à se poser pour aider votre proche

1 Comprenez-vous pleinement les troubles médicaux de votre proche et leurs symptômes ?

Nous vous recommandons : de parler à son médecin et lui demander le diagnostic, l'état de santé de la personne dont vous vous occupez. Passez en revue différents types de soins avec le médecin et choisissez le meilleur.

2 Savez-vous où tous ses documents importants sont conservés ?

Nous vous suggérons : de savoir où se trouvent les documents importants dont vous pourriez avoir besoin. Gardez toutes ces informations dans un lieu sûr.

3 Votre famille et vos amis sont-ils au courant de votre situation d'aidant ?

Nous vous recommandons : de parler de votre travail d'aidant à votre famille et vos amis. Informez-les de la santé de votre proche. Discutez des situations auxquelles vous êtes confronté(e).

4 Qui peut vous aider à mener à bien vos tâches d'aidant ?

Nous vous recommandons : de faire une liste de toutes les tâches pour lesquelles vous avez besoin d'aide. Demandez à votre famille et vos amis de vous aider. Vous pourrez élaborer un plan avec eux et partager les responsabilités. Sinon, recherchez du personnel soignant environnant qui pourraient vous aider.

5 La personne que vous soignez a-t-elle reçu un diagnostic pour troubles cognitifs nécessitant des soins spécialisés supplémentaires ?

Nous vous recommandons : de recueillir plus d'informations auprès des médecins. Recherchez quels hôpitaux et cliniques locaux offrent des soins spécialisés liés à ce diagnostic.

6 Quel type d'assurance santé pour votre proche ?

Nous vous recommandons : de découvrir ce qu'englobe sa couverture santé. Étudiez également son contrat en entier.

7 Votre proche vous a-t-il donné une procuration ?

Nous vous recommandons : de trouver les documents de votre proche et de vous informer sur ce qu'implique la procuration. Si vous n'êtes pas sûr(e) de ce que vous devez faire, discutez des différentes options avec votre proche.

8 Votre proche peut-il/elle rester seul(e) chez lui/elle ?

Nous vous recommandons : de parler avec votre proche de comment il/elle aimerait améliorer sa sécurité et son confort à domicile. Déterminez avec lui/elle le degré de sécurité de votre/son domicile, et quels changements sont requis pour rendre le domicile sûr et confortable à 100 %.

9 Quels sont ses souhaits et préférences ?

Nous vous recommandons : de demander à votre proche quels types de soins souhaite-t-il recevoir. Vous pouvez échanger sur la manière de procéder pour répondre à ses attentes.

10 Que ferez-vous pour prendre soin de vous ?

Nous vous recommandons : de trouver du temps et de l'énergie pour vous. Prenez soin de votre santé ainsi que celle de votre proche. Mangez et dormez correctement, faites du sport si vous le souhaitez ou en avez besoin. Vous devez faire attention à votre niveau de stress pour ne pas vous épuiser.

<https://www.tena.fr/aidants-familiaux/>