



**Je m'inquiète beaucoup pour ma mère. Elle oublie parfois de fermer le rond du four ou elle oublie ses clés sur la serrure de sa porte. J'ai dû la chercher trois fois au centre de police parce qu'elle ne se souvenait plus où elle habitait. Je dois l'appeler chaque matin pour savoir si elle n'a rien oublié d'important. Cela m'épuise. Sa travailleuse sociale nous oriente vers un hébergement en résidence semi-autonome, ce que ma mère refuse catégoriquement. Que faire?**

**Nous vous félicitons que vous avez pris des démarches avec une travailleuse sociale pour l'hébergement de votre mère.**

**Il est normal que votre mère soit réticente à quitter sa maison pour aller vivre en résidence. C'est un très gros deuil à faire! Il est important que vous laissiez votre mère s'exprimer sur son refus. Vous pourriez découvrir ses inquiétudes, ses émotions et ses désirs. La travailleuse sociale peut vous aider à la rassurer sur certains aspects.**

**Si vous cherchez un accompagnement pour le processus d'hébergement, vous pouvez nous contacter, le Carrefour pour Aînés Semi-Autonomes (CASA) au 450-937-2335. Nous avons des résidences pour aînés semi-autonomes dans le territoire de Laval. Vous pouvez consulter notre site internet: [www.residencescasa.ca](http://www.residencescasa.ca).**

**Nos services sont gratuits et confidentiels.**

**Bonne continuité dans votre processus d'hébergement pour votre mère!**



**Dans l'actualité, on parle de l'isolement des aînés. Je ne comprends pas exactement comment cela peut avoir un impact sur eux. Pouvez-vous m'éclairer?**

Très bonne question. Il faut savoir que l'isolement social est lorsque la quantité de contacts est limitée entre la personne et son entourage, sont espacés dans le temps et ils permettent peu d'échanges mutuels.

Il y a trois grandes conséquences à l'isolement. Sur la santé et l'utilisation des services (espérance de vie diminuée, troubles cardiovasculaires, dépression, etc.), sur le sentiment de bien-être (sentiment de solitude, perte de l'estime de soi, sentiment d'inutilité, etc.) et sur les comportements de santé, le recours aux services et aux ressources (diminution des comportements favorables à la santé, faible demande de services à caractère préventif, etc. )

J'espère que nous avons pu vous éclairer sur ce sujet.



## **J'entends parler de l'Alzheimer et du parkinson, mais je ne sais pas c'est quoi. Pouvez-vous m'expliquer ?**

**C'est parfois assez mélangé en effet. Ces deux maladies sont des troubles neurocognitifs majeurs (TNCM), qui était autrefois appelé « démence ». Nous disons que ces maladies sont dégénératives. Malheureusement, elles affectent les fonctions cognitives de la personne. Elles peuvent donc affecter, entre autres, le jugement, la mémoire, l'orientation et l'attention. Ces maladies vont affecter l'humeur et le contrôle des émotions (irritabilité/impulsivité, tristesse, désintéressement et apathie). Il faut se rappeler ces actions involontaires sont dues à la maladie et peuvent affecter le quotidien des proches.**



# **Mon père décide parfois de sortir de sa chambre sans pantalon, on dirait qu'il ne comprend plus que ça ne se fait pas. Pourquoi ?**

Bonne question! Effectivement, c'est une situation délicate. Il peut arriver en effet que la personne ayant des troubles cognitifs (ex : Alzheimer) vive de l'inhibition. Ceci signifie que la personne a une absence ou une diminution d'un comportement, qui pouvait être acquis auparavant.

C'est en lien avec les erreurs de jugement. Donc, la personne oublie que nous enlevons seulement notre pantalon dans un endroit et/ou un contexte approprié. Il suffit simplement d'instaurer un système de rappel indiquant de mettre son pantalon en sortant de sa chambre (par exemple : une pancarte sur la porte de chambre).



## **C'est quoi être vieux? C'est quand qu'on est considéré comme étant vieux?**

**Cette question est très intéressante. Le début de la vieillesse s'appelle la sénescence, c'est un vieillissement naturel des tissus et des organes de notre corps.**

**En effet, il y a deux sortes de vieillissement, nous avons le vieillissement primaire qui lui, est prédit par notre génétique. Ça peut être dû au stress, maladies, conditions de vie ou de travail. Ce type de vieillissement entraîne une diminution de l'efficacité de diverses fonctions de notre corps. Le vieillissement secondaire est plutôt causé par les évènements extérieurs : accident, traumatisme et maladie chronique. Cela entraîne un vieillissement général de la personne. Si nous avons une image positive de nous et que nous continuons nos activités, il sera plus facile de conserver un cœur jeune.**



## Pourquoi les personnes âgées aiment autant le sucre ?

Il est bien vrai que cette observation mérite d'être expliqué. Donc, avec le temps, nos sens vont être modifiés. Notre langue capte les goûts à des endroits spécifiques. En effet, la dernière sensation de notre langue à disparaître est au centre de celle-ci, c'est-à-dire, l'endroit où nous goutons le sucre. Bref, les personnes âgées aiment le sucre, car ce sont le dernier goût qu'ils sont capable de ressentir. Ils captent moins le gout de l'acide, du salé et de l'amer. Assez spécial, hein ?



**L'autre jour, nous avons retrouver ma mère pas trop loin de sa résidence, elle avait fait une fugue. Elle semblait tellement perdue, elle nous disait qu'elle ne savait même pas où elle voulait aller. Nous étions terriblement inquiet. Selon vous, pourquoi a-t-elle fugué?**

**Vous avez bien fait de nous demander une explication à propos de ce sujet très sérieux. Il peut arriver de confondre l'errance et la fugue. Même dans l'actualité, le terme fugue est confondu avec l'errance.**

**En effet, la fugue est un problème de comportement. La personne souhaite fuir d'un endroit où elle ne se sent pas bien. Donc, elle connaît le but de sa destination. Tandis que l'errance est un problème cognitif, la personne se promène sans but précis. Selon vos dires, votre mère ne savait pas où elle allait. Ça ressemble donc davantage à de l'errance. Il pourrait être pertinent d'en parler avec son médecin.**