

Vivre avec la mort

Lorsqu'une personne que nous aimons souffre d'une maladie en phase terminale (ou même si nous sommes cette personne), nous devons trouver un moyen de vivre avec la mort.

Vivre avec la mort est une combinaison complexe d'émotions, de décisions et d'actions.

Émotions

Il y a plus de vingt ans, la psychiatre Elisabeth Kübler-Ross, docteur en médecine de l'Université de Chicago, a identifié différentes étapes que peuvent traverser les personnes en train de mourir. Leurs familles vivent bien souvent les mêmes émotions. Les étapes ne progressent pas nécessairement dans l'ordre indiqué. De plus, la personne mourante et ceux qui l'aiment peuvent faire des allers-retours entre certaines ou toutes ces étapes. La connaissance de ces étapes peut nous aider à comprendre les réactions de la personne mourante, et les nôtres.

- **Le déni** : « Je veux un deuxième avis. »
- **La colère** : « Pourquoi le médecin ne l'a-t-il pas repéré plus tôt ? »
- **La négociation** : « S'il vous plaît, donnez-moi juste assez de temps pour voir ma fille se marier. »
- **La dépression** : Une dépression à cause de choses que nous ne ferons plus jamais et de choses que nous ne pourrions jamais faire du tout.
- **L'acceptation** : L'acceptation n'est pas un moment heureux ni un moment triste. C'est comme ça.

Parfois, nous pouvons voir arriver une perte avant qu'elle ne se produise. Peut-être qu'un ami ou un membre de la famille souffre d'une maladie en phase terminale, auquel cas nous pourrions commencer le processus de deuil alors qu'il est encore en vie. D'une certaine manière, nous pleurons l'attente de la mort. C'est ce qu'on appelle le deuil anticipé.

Les décisions

- Pour la personne atteinte de la maladie, l'une des facettes les plus importantes de la vie d'un mourant est d'avoir l'esprit tranquille quant à ses soins de fin de vie. C'est ce qu'on appelle la planification préalable des soins. Il s'agit du processus visant à garantir que ses souhaits en matière de soins de santé seront honorés s'il n'a plus la capacité de les exprimer lui-même.
- Ils doit décider du type spécifique de soins de fin de vie qu'il souhaite (ou ne veut pas) et décider à qui il fait confiance pour réaliser ses souhaits.



Les actions

Il est important que les décisions soient documentées. Ces documents sont appelés directives anticipées ou déclarations anticipées. Il s'agit d'une combinaison d'un testament de vie (qui est différent des dernières volontés et d'un testament) et d'un mandataire en matière de soins de santé ; un document qui nomme une personne de confiance comme mandataire ou agent pour exprimer vos volontés et prendre des décisions en matière de soins de santé à votre place.

Une autre action importante à considérer est de recourir aux services d'un hospice au cours des 6 derniers mois de la vie. Un hospice est communément connu comme :

- Un lieu de soins médicaux pour aider une personne atteinte d'une maladie en phase terminale à vivre le mieux possible le plus longtemps possible, augmentant ainsi sa qualité de vie
- Une équipe interdisciplinaire de professionnels qui traitent la détresse physique, psychosociale et spirituelle en s'adressant à la fois à la personne mourante et à l'ensemble de sa famille
- Des soins qui abordent la gestion des symptômes, la coordination des soins, la communication et la prise de décision, la clarification des objectifs et la qualité de vie

Dans de nombreux cas, les soins palliatifs sont fournis au domicile de la personne et, comme mentionné ci-dessus, ils couvrent le patient et toute la cellule familiale. Les tentatives visant à guérir sont remplacées par des soins palliatifs axés sur la réduction de la douleur et d'autres symptômes de la maladie ou de l'affection spécifique. Les patients peuvent choisir d'utiliser autant ou aussi peu de services de soins palliatifs qu'ils le jugent opportun.

Votre médecin peut recommander un programme dans votre région. Votre médecin peut recommander un programme dans votre région.

Pour la personne atteinte de la maladie, l'une des facettes les plus importantes de la vie d'un mourant est de s'assurer une tranquillité d'esprit quant à ses soins de fin de vie.



Un soutien essentiel lorsque vous en avez besoin

Visitez optumwellbeing.com/criticalsupportcenter pour obtenir des ressources et des informations de support essentiels supplémentaires.



Ce programme ne doit pas être utilisé en cas d'urgence ou de besoins de soins urgents. En cas d'urgence, appelez le numéro de téléphone des services d'urgence locaux ou rendez-vous au service des urgences le plus proche. Ce programme ne remplace pas les soins d'un médecin ou d'un professionnel de la santé. Ce programme et ses composants peuvent ne pas être disponibles dans toutes les régions ; des exclusions et des limites de couverture peuvent s'appliquer.

© 2024 Optum, Inc. Tous droits réservés. WF12836817 143086-022024 OHC