# LES QUESTIONS RÉPÉTITIVES

Les changements de comportement du patient sont les manifestations de la maladie d'Alzheimer les plus difficiles à supporter pour l'entourage. Ils aboutissent souvent à un épuisement psychologique et physique des proches.

Lorsque quelqu'un vous pose continuellement la même question, vous êtes prêt à croire qu'il essaie délibérément de vous énerver. Mais ce n'est certainement pas le cas pour une personne atteinte de maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée. Elle oublie simplement qu'elle a déjà posé la question ou qu'elle a obtenu la réponse. Ou bien la question traduit son besoin d'être rassurée sur un point qui la tracasse. Ces questions répétées sont extrêmement fatigantes et irritantes pour l'aidant, et frustrantes pour la personne qui attend en permanence une réponse et n'est jamais satisfaite.

Les causes possibles

- La perte de mémoire : À mesure que la maladie évolue, la personne perd la capacité de se souvenir de ce qu'elle vient de dire ou de faire.
- L'incapacité de comprendre ce qui se passe : Même les tâches quotidiennes les plus simples peuvent devenir étrangères à la personne atteinte de démence, ce qui la pousse à constamment demander ce qui se passe.
- L'incapacité de comprendre un besoin ou une émotion : La personne pourrait exprimer sa faim en demandant de façon répétitive « Qu'est-ce qu'on mange pour dîner ? ».
- La frustration : Il se peut que la personne essaie de communiquer, mais qu'on ne l'écoute pas ou qu'elle ne réussisse pas à faire passer le message.
- Le stress et l'anxiété : Cet état pourrait être attribuable au fait que la personne est incapable d'interpréter ce qu'elle voit et ce qu'elle entend. Elle pourrait être incapable de se rappeler ce qui vient tout juste de se passer, ou encore, où est allé un proche.
- L'ennui : Il se pourrait que la personne manque de stimulation et qu'elle utilise les comportements répétitifs pour atténuer son agitation.

Faire face aux questions répétitives

- Noter la réponse et attirer l'attention de la personne sur cette note lorsqu'elle pose la question :

Au lieu de répéter continuellement la même réponse, la noter et la montrer à la personne malade peut faire gagner du temps et économiser la patience de l'aidant. Cependant, les capacités de lecture peuvent être impactées par la maladie et la réponse donnée n'est pas toujours celle attendue par la personne atteinte de démence. Les questions répétitives sont souvent un signe d'anxiété ou d'insécurité, et lui écrire les réponses ne suffira pas forcément à rassurer la personne.

- Rassurer la personne tout en lui répondant :

La personne malade pourra demander sans fin l'heure qu'il est. Peut-être craint-elle d'arriver en retard à un rendez-vous. Il est primordial de la rassurer en lui disant qu'elle n'arrivera pas en retard, le fait de connaître l'heure exacte n'étant pas essentiel. Il sera plus efficace de rassurer la personne en lui disant que l'on veille à ce qu'elle arrive à l'heure que de lui rappeler constamment l'heure exacte.



© All rights reserved

- Ignorer la question et interrompre la situation :

Si toutes ces suggestions échouent, il restera la solution d'ignorer la question tout simplement. La personne saisira peut-être qu'elle n'aura pas de réponse et s'arrêtera de poser des questions. Tantôt cette façon d'agir se révèle efficace, tantôt elle provoque de la colère. Si rien ne réussit, vous débloquerez la situation en quittant la pièce, ne serait-ce que pour quelques minutes.

À retenir

- Il est normal de ne pas arriver à répondre à toutes les questions et il est humain de se sentir impuissant ou énervé face à ce genre de comportement.
- Une réponse formulée de manière lente, claire et concrète permet de mettre toutes les chances de son côté pour que le message soit bien reçu par la personne en demande.
- La réponse doit être compréhensible et être rassurante. La personne atteinte de la maladie d'Alzheimer qui pose des questions est anxieuse de ne pas avoir de réponse. La réponse ne doit donc pas faire plus de mal que de bien.
- Les sentiments et besoins qui se trouvent en fait derrière cette question sont importants et doivent être pris en compte.
- Au lieu de répéter la réponse, dire à la personne que tout est en ordre pourra la rassurer. La personne pose peut-être un tas de questions pour être rassurée sans vraiment savoir ce qu'elle cherche à savoir. Elle souhaite peut-être s'assurer que tout se passe bien dans cet environnement inconnu qu'elle ne comprend plus bien.

Informations complémentaires

- http://www.alzheimer.ca

- Alzheimer, le guide des aidants, Alzheimer Europe, Édition 2013, 158 p.



© All rights reserved