

# TOUT LE MONDE Y GAGNE !

GUIDE POUR LES FAMILLES  
VISANT DES SOINS DE QUALITÉ  
SANS CONTENTIONS



**MAIMONIDES**

Going further in geriatric care  
À l'avant-garde des soins gériatriques



CHSJD Juif de Montréal  
Jewish Eldercare Centre

## QU'EST-CE QU'UNE CONTENTION ?

Selon les directives du ministère la santé et service sociaux, une contention physique se définit comme suit : « Mesure de contrôle qui consiste à empêcher ou à limiter la liberté de mouvement d'une personne en utilisant la force humaine, un moyen mécanique ou en la privant d'un moyen qu'elle utilise pour pallier un handicap. » Ceci pourrait être une camisole attachée à une chaise ou à un lit, un plateau fixé sur les genoux qu'une personne assise n'arrive pas à retirer ou une contention peut être simplement une ceinture de sécurité.

Ce qui est le plus important c'est de savoir comment ce moyen affecte l'individu et si votre parent/e peut facilement retirer cet objet.

## EST-CE QUE LES CONTENTIONS PROTÈGENT LES PERSONNES ?

Les contentions n'empêchent pas les risques de chutes. En fait, presque tout le monde fait une chute à un moment donné. Une étude récente a révélé qu'un adulte sur trois, âgé de 65 ans ou plus, tombe chaque année. Cependant, dans le cas de chute, les personnes qui ne sont pas sous contention subissent des blessures moins graves que celles qui sont sous contention. Dans certains cas, les contentions augmentent la sévérité de blessures lors d'une chute.

Considérez par exemple le cas d'une personne qui tombe au sol en essayant de se lever d'une chaise. Si la personne est attachée, la chaise risque de tomber sur elle.

De même, les ridelles peuvent entraîner des

problèmes graves si elles ne sont pas bien utilisées. En effet, si une personne est incapable de demander de l'aide pour sortir de son lit lorsque les ridelles sont remontées et qu'elle essaye quand même de le faire, elle risque de tomber ou de rester coincée entre les barreaux. Si la personne est attachée à son lit, des blessures graves, ou même la mort peuvent survenir. Si un membre de votre famille craint de tomber de son lit en se levant la nuit, demandez aux responsables de baisser la hauteur du lit et demandez si les membres de l'équipe interdisciplinaire ont été consultés à cet effet.

## MAIS LES CONTENTIONS N'ÉTAIENT-ELLES PAS TOUJOURS UTILISÉES DANS LES CENTRES DE SOINS DE LONGUE DURÉE ?

Autrefois, l'utilisation de moyens de contention dans les établissements de soins de longue durée était très courante. En fait, la plupart des écoles de soins infirmiers ont enseigné à leurs élèves que ces moyens visaient à protéger les personnes âgées contre les chutes ou les fugues. Ces dernières années, l'utilisation de contentions a soulevé d'importantes préoccupations. Nous savons à présent que les personnes qui sont placées sous contention plongent rapidement dans la dépression. Elles perdent leur force musculaire et leur mobilité. Elles peuvent devenir incontinentes ou développer des problèmes cutanés à force de demeurer dans la même position trop longtemps. Elles deviennent souvent agitées, ce qui augmente les risques de blessures.

D'autre part, une plus grande mobilité stimule la circulation, canalise l'excès d'énergie et l'angoisse, réduit le stress et le risque d'accidents cardiovasculaires. Une dimension plus importante encore : la

mobilité permet aux résidents de conserver leur dignité et de vivre de façon plus normale. En fait, les avantages de prodiguer des soins sans contentions sont tellement plus importants par rapport aux risques encourus, qu'en 1987, les États-Unis ont voté une loi pour mettre fin spécifiquement à l'utilisation systématique de contentions.

## QUELLES SONT LES LOIS ET DIRECTIVES AU CANADA ET AU QUÉBEC ?

### SANTÉ ET BIEN-ÊTRE CANADA

La loi régissant les soins de santé à long terme et toutes les questions qui en découlent sont placées sous juridiction provinciale; cependant, il est important de noter que les lois provinciales, les règlements et les pratiques sont soumis à la constitution et en particulier à la Charte des droits et libertés.

### QUÉBEC

En 2004, chaque établissement de soins de santé au Québec devait se pourvoir d'une politique sur l'utilisation des contentions, l'objectif étant de réduire sinon d'éliminer cette utilisation dans le continuum des soins de santé.

Les contentions doivent être utilisées comme mesure exceptionnelle temporaire dans le but de protéger le résident. Elles ne doivent pas être appliquées pour remplacer l'attention personnelle, la supervision appropriée, le programme de soins établi ou le traitement quotidien. Elles ne doivent pas être utilisées comme mesure disciplinaire, pour renforcer négativement des comportements inappropriés ou tout simplement pour convenir au personnel soignant. L'usage abusif de contentions peut être interprété comme un mauvais traitement à l'égard d'un aîné et, dans le cas de juridictions



exigeant d'en faire rapport, il devient obligatoire de dénoncer de telles situations.

Cependant, certaines situations peuvent obliger les soignants à recourir à l'utilisation de contentions. Les critères d'utilisation doivent être clairement définis par l'institution, pour un temps limité et sous étroite surveillance. La décision d'utiliser des contentions sera prise à la suite d'une évaluation par l'équipe interdisciplinaire, en consultation avec le résident et la famille. Le processus devra être clairement documenté dans le dossier du résident.

## COMMENT EXPLIQUEZ-VOUS LA QUALITÉ DE VIE?

La qualité de vie implique confort, bien-être et dignité. Les gérontologues (spécialistes en soins gériatriques) sont d'avis que chacun doit vivre de la façon la plus normale possible. Plus que quiconque, les résidents placés dans des centres de soins de longue durée doivent maintenir des relations avec d'autres personnes tout en gardant le contrôle de leur vie et de leur identité. Être capable de se déplacer et de dialoguer est essentiel pour atteindre ces objectifs.

Nous tenons à exprimer nos sincères remerciements à la firme « Independent Production Fund », productrice de « Everyone Wins » de nous avoir autorisés d'adapter leur matériel pour cette brochure. Pour de plus amples renseignements, appelez au 1 800 727-2470.

### CHSLD JUIF DE MONTRÉAL

5725, avenue Victoria, Montréal (Québec) H3W 3H6  
Tél. : 514-738-4500 • Téléc. : 514-738-2611  
[www.chsldjuif.ca](http://www.chsldjuif.ca)

### CENTRE GÉRIATRIQUE MAIMONIDES

5795, avenue Caldwell, Montréal (Québec) H4W 1W3  
Tél. : (514) 483-2121 • Téléc. : (514) 483-1561  
[www.maimonides.net](http://www.maimonides.net)

## EST-CE QUE LES PERSONNES ATTEINTES DE DÉMENCE RÉALISENT QU'ELLES SONT PLACÉES SOUS CONTENTION ?

Même si une personne a perdu toute capacité de discernement, elle peut quand même savoir qu'elle ne peut pas se libérer de sa chaise, bouger un bras ou se gratter le nez. Ce sont des sensations fondamentales qui demeurent, même après la détérioration de la communication verbale.

En fait, nous savons aujourd'hui que la mémoire d'un événement comportant une composante émotionnelle est plus susceptible de rester en mémoire et de causer de l'anxiété, particulièrement chez les résidents atteints de démence.



## QU'ARRIVE-T-IL LORSQU'UNE INSTITUTION COMMENCE À ÉLIMINER LES CONTENTIONS ?

L'élimination de contentions est un processus très graduel et qui doit être abordé avec beaucoup de prudence. Généralement, une équipe interdisciplinaire de professionnels devra procéder à une observation rigoureuse du résident pendant une bonne période de temps afin de bien le connaître et comprendre ses besoins précis. Cette équipe voudra vous rencontrer pour apprendre le plus de choses possible au sujet de votre parent/e. Elle pourra vous questionner sur les activités quotidiennes de votre parent/e et sur ce qui compte le plus pour lui/elle. Il est possible qu'elle veuille savoir ce qui irrite ou ce qui calme votre parent/e. Elle voudra connaître les centres d'intérêt de votre parent/e. Tous les renseignements que l'équipe obtiendra de vous sur le rythme et les besoins quotidiens de votre parent/e lui permettront de lui administrer les meilleurs soins et lui assurer la meilleure qualité de vie possible.

Le personnel se pose la question suivante : comment garder cette personne en sécurité sans contentions? Des séances de physiothérapie ou d'ergothérapie peuvent être prescrites pour renforcer des muscles qui n'ont pas été utilisés depuis longtemps. Si une personne risque de tomber en voulant sortir toute seule de son lit ou de sa chaise, on peut installer un détecteur de mouvements sur le lit ou la chaise (plutôt que sur la personne) pour envoyer un signal au personnel soignant. Des coussins spéciaux peuvent être utilisés pour une meilleure posture.

En général, si un résident avait été placé sous contention pendant une longue période de temps, celles-ci ne seraient retirées que pour un court laps

de temps au début. Pendant cette période, les membres du personnel devront demeurer tout près du résident pour surveiller ses réactions et agir en conséquence. C'est en prenant tout le temps de l'observer que le personnel pourra anticiper les besoins du résident.

## COMMENT POUVEZ-VOUS NOUS AIDER ?

Les membres de la famille ont un rôle très important à jouer pour empêcher l'utilisation de contentions chez les résidents ou pour les retirer après un certain temps.

**Premièrement**, informez le personnel de tout ce que vous savez sur votre parent/e. Soyez aussi précis que possible. Qu'est-ce que votre parent/e a fait pour gagner sa vie? Quelles étaient ses occupations en semaine et pendant les week-ends? Quels sont les sports ou passe-temps qui l'intéressaient? Quels genres de vêtements aimait-il/-elle porter? Parlez-nous de ses habitudes de sommeil et de ses moments de repas préférés. Est-ce que votre parent/e aime faire une sieste? Prend-il/-elle une collation à des moments précis pendant la journée? Aime-t-il/-elle dormir sous une légère douillette par exemple, ou sous un tas de couvertures? Dort-il/-elle en pyjama ou en sous-vêtement? Comment qualifiez-vous le comportement actuel de la personne?

**Deuxièmement**, si cela vous est possible, passez quelque temps avec nous pendant les premiers jours qui suivent le retrait des contentions. Nous aurons besoin de deux yeux et de deux bras supplémentaires.

**Troisièmement**, soyez franc et ouvert. Si vous appréhendez le retrait des contentions, discutez de vos craintes avec le personnel. Acceptez d'en faire l'essai pour une courte période de temps, même si ce n'est que pour une heure par jour au début.

**Finalement**, célébrez avec le personnel le succès obtenu après le retrait des contentions. Observez le changement de comportement et d'attitude de votre parent/e et partagez vos commentaires avec le personnel.

## EST-CE TOUT CE QUE CELA IMPLIQUE POUR RETIRER DES CONTENTIONS ?

Les besoins et les habiletés des aînés évoluent de jour en jour. Il est possible qu'une stratégie sans contentions qui fonctionne pendant une semaine ait besoin d'être changée pour fonctionner de nouveau la semaine suivante. Soyez ouverts au changement et aidez-nous à relever les défis qui nous attendent.

