

Que faire en cas d'anxiété ?

Qu'est-ce que c'est ?

L'anxiété est possible à tous les stades de la maladie. Elle se matérialise par une extrême sensibilité aux émotions, au sentiment d'échec...
Votre proche devient très sensible aux changements dans son environnement.

Comment réagir ?

- Evitez tous changements brutaux.
- Faire en sorte de préparer votre proche en lui expliquant ce qui va se passer et ce que vous faites.
- Ne donnez pas d'explications trop complexes, faites simple.
- Si vous sortez sans lui, inscrivez le pourquoi de votre déplacement et l'heure de votre retour sur la porte d'entrée.
- Privilégiez un environnement apaisant sans trop de bruit, de monde avec des repères familiers.
- Essayez d'être présent à la tombée de la nuit quand l'angoisse monte.