

Que faire en cas de problèmes intimes ?

Toilette

- Respecter le rythme du patient autant que possible.
- L'inciter à aller se laver, à plusieurs reprises si nécessaire.
- Privilégier son autonomie au maximum.
- Lui préparer les objets dont il aura besoin (savon, serviette, ...), enlever tout le superflu.
- Essayer de décaler les soins en cas de refus.
- Faites appel à un professionnel si votre proche ne parvient plus à réaliser sa toilette seul.

Incontinence

- Repérer les cycles naturels où le patient doit aller aux toilettes, puis lui proposer systématiquement d'y aller à ces moments (ex : au lever, avant manger, après le repas, en fin d'après-midi).
- Ne pas oublier de le faire boire dans la journée.
- Dans la mesure du possible, ne pas proposer de protection type couche dès le premier accident, mais instaurer un rituel. Favorisez l'autonomie le plus longtemps possible.
- Lors de déplacement hors du domicile :
 - accompagner systématiquement votre proche aux toilettes avant de partir (ou avant de quitter un lieu équipé de toilettes) ;
 - prévoir les protections adaptées, par exemple une culotte protectrice + une bande maxi (imperméable). Cela permettra de faciliter les changes lors de la sortie (change uniquement la bande). Précision : mettre les sous-vêtements de la personne par-dessus les protections ;
 - si un change est nécessaire, privilégier les toilettes handicapées (vous aurez plus de place).

- Le soir :
 - prévoyez une protection conséquente (couche maxi) ;
 - attention aux pertes d'équilibre ;
 - disposer sur le matelas une alaise, même lors des siestes.

Astuce d'aidant !

- Si votre proche n'arrive plus à uriner. Installez le sur le siège des toilettes et lui proposer un verre d'eau. Cette technique devrait l'aider.

Sexualité

- Votre proche peut présenter certains comportements auprès de vous, de vos petits-enfants ou d'inconnus inadaptés qui occasionnent des réactions de gêne, voire parfois brutalité (rejet, colère) envers le malade.
- Ce dernier peut essayer de vous toucher une partie du corps, vous faire des propositions sexuelles, se dévêtir entièrement ou présenter d'autres comportements de ce type.
- C'est pourquoi, lorsque vous recevez une visite à la maison nous vous conseillons d'expliquer en amont le comportement que peut avoir votre proche.

Pour en savoir plus ?

- <http://www.francealzheimer-yonne.org/content/11les-personnes-malades-dalzheimer-peuvent-elles-vivre-leur-sexualit%C3%A9>