

Qu'est-ce que le Soutien familial ?

Le soutien familial regroupe les soins physiques et émotionnels offerts principalement aux individus ayant subi un AVC. Ces individus peuvent avoir besoin d'aide pour réaliser les tâches et les activités qu'ils étaient auparavant capables de faire de façon indépendante. Le plus souvent, c'est la famille, les amis ou les proches aidants qui fournissent ce soutien.

Le soutien familial s'occupe également d'appuyer les actions et d'informer les membres de la famille ainsi que les proches aidants au sujet des différentes interventions de rééducation et de la façon par laquelle ils peuvent contribuer à la réadaptation de la personne ayant subi un AVC.

Quelles interventions axées sur le soutien familial sont bénéfiques pour les personnes en phase aiguë de récupération suite à un AVC ?

Des données probantes provenant d'études scientifiques démontrent les différents types de soutien pouvant être bénéfiques pour les personnes en phase aiguë de récupération suite à un AVC. Ceux-ci incluent :

La préparation intensive à la transition vers le congé

Les programmes de préparation à la transition visent à aider les patients à retourner à la maison en toute sécurité et au moment opportun. Une étude a examiné l'efficacité d'un service intensif de transition qui comprenait des soins thérapeutiques à domicile la fin de semaine avant le congé officiel, un cours d'entraînement et des séminaires pédagogiques pour les proches aidants de même qu'un service de soutien et de conseils téléphoniques. Les résultats de l'étude ont démontré que ce programme est efficace pour améliorer l'état de santé global des patients. Cependant, ce programme n'a pas eu d'impact significatif sur l'indépendance ou le bien-être émotionnel des patients.

Les programmes d'éducation en groupe

Des études ont démontré que des programmes d'éducation en groupe (groupes de discussion, participation à des conférences et à des séminaires) peut parfaire les connaissances des patients au sujet de l'AVC et améliorer leur satisfaction face aux diverses interventions offertes au cours de leur réadaptation post-AVC. Cependant,

ces programmes d'éducation en groupe n'ont pas amélioré l'indépendance, le bien-être émotionnel ou la qualité de vie des patients.

D'autres interventions ont été examinées par des études scientifiques incluant :

Les agents de soutien familial

Plusieurs études ont examiné les avantages de services de soutien offerts par un agent de soutien familial ou un intervenant de soutien similaire. Les agents de soutien familial ont offerts aux patients ou aux proches aidants des services tels que l'éducation, le soutien émotionnel, des visites à domicile, un soutien téléphonique et de l'assistance pour accéder aux ressources. Il a été noté que ces services de soutien n'amélioreraient pas le bien-être émotionnel des patients, ni leur activité/participation, leur qualité de vie ou leur connaissance quant à l'AVC. Cependant, il existe des résultats partagés quant à savoir si ces services peuvent améliorer la satisfaction des patients face aux diverses interventions offertes au cours de leur réadaptation post-AVC.

Les informations écrites

Des trousse d'information écrite (telles que des brochures, pamphlets ou des dépliants pédagogiques sur l'AVC) ne révèlent aucune amélioration significative sur la connaissance des patients sur l'AVC ou sur leur satisfaction quant aux informations qui leur ont été fournies au sujet de l'AVC. En outre, les trousse d'information écrite ne s'avèrent pas efficace pour améliorer le bien-être émotionnel des patients, leur qualité de vie, leur indépendance ou leur capacité à accéder aux services communautaires.

Les Unités de soins intégrés

Une Unité de soins intégrés est un programme de soins élaboré par une équipe multidisciplinaire pour aider le rétablissement du patient. Des études ont révélé que les Unité de soins intégrés n'améliorent pas de manière significative la satisfaction des patients avec le plan de soins qu'ils ont reçus, leur qualité de vie ou leur indépendance suite à un AVC.

Quelles interventions axées sur le soutien familial sont bénéfiques pour les familles et les proches aidants de personnes en phase aiguë de récupération suite à un AVC ?

Bon nombre d'études scientifiques ont examiné l'impact des interventions axées sur le soutien familial sur les proches aidants de personnes ayant subi un AVC. Celles-ci incluent :

La préparation intensive à la transition vers le congé

Des études ont démontré que les services intensifs de transition vers le congé (comprenant des soins thérapeutiques à domicile la fin de semaine avant le congé officiel, des cours d'entraînement et des séminaires pédagogiques pour les proches aidants de même qu'un service de soutien et de conseils téléphoniques) n'améliorent pas la qualité de vie ou le bien-être émotionnel des proches aidants de personnes ayant subi un AVC.

Les programmes d'éducation en groupe

La participation à des programmes d'éducation en groupe (groupes de discussion, participation à des conférences et à des séminaires) peut parfaire les connaissances au sujet de l'AVC chez les proches aidants de patients post-AVC. Cependant, ces programmes d'éducation en groupe n'ont pas amélioré le bien-être émotionnel, la qualité de vie ou la satisfaction face aux soins reçus des proches aidants de personnes ayant subi un AVC.

Les agents de soutien familial

Les résultats au sujet des avantages des services de soutien offerts par un agent de soutien familial ou un intervenant de soutien similaire sont partagés. Il a été constaté que les services de soutien familial peuvent améliorer certains facteurs tels que l'état de santé et la qualité de vie des proches soignants et leur degré de satisfaction à l'égard des services reçus. Cependant, aucun avantage significatif n'a été relevé en ce qui concerne la connaissance des proches aidants sur l'AVC, les activités et la participation, ni sur leur bien-être émotionnel.

Les informations écrites

Quelques études suggèrent que les trousse d'information écrite (telles que des brochures, pamphlets ou des dépliants pédagogiques sur l'AVC) pourrait améliorer la qualité de vie des proches aidants de personne ayant subi un AVC. Cependant, les trousse d'information écrite ne s'avèrent pas efficace pour améliorer la connaissance des proches aidants au sujet de l'AVC, ni la satisfaction face à l'information reçu, pas plus que leur bien-être émotionnel ou leur qualité de vie suite à l'AVC de leur proche.

Les Unités de soins intégrés

Une Unité de soins intégrés est un programme de soins élaboré par une équipe multidisciplinaire pour aider le rétablissement du patient. Des études ont révélé que les Unité de soins intégrés n'améliorent pas de manière significative la satisfaction des proches aidants face au plan de soins que leur proche a reçus, ni leur bien-être émotionnel.

Les évaluations cognitives

Une étude a offert aux patients une évaluation cognitive approfondie et des recommandations individualisées quant aux difficultés de ce patient. Les résultats de cette étude ont révélé que cette intervention n'a pas amélioré le bien-être émotionnel des proches aidants.

Comment procurer un soutien peut affecter les proches aidants ?

Prendre la responsabilité d'assurer le bien-être d'un membre de sa famille ou d'un ami ayant subi un AVC peut souvent s'avérer être un défi. Parce que l'AVC se produit subitement, personne n'a eu le temps de se préparer à ce changement de l'état de santé ou de s'ajuster à de nouveaux fonctionnements. Les proches aidants éprouvent souvent de la tristesse, de la colère, de la frustration, de la dépression et de la solitude, à mesure que les exigences et le stress de la prise en charge du membre de la famille ou de l'ami augmentent. Il est important de reconnaître et de comprendre ces sentiments afin d'éviter de devenir trop accablé et d'en venir à un profond épuisement.

Il est donc important de reconnaître les signes avant-coureurs d'un épuisement. Si vous rencontrez l'un des symptômes suivants, vous devriez envisager de consulter pour obtenir de l'aide :

- manque d'énergie
- problèmes de santé récurrents
- épuisement constant
- manque de temps pour les soins personnels
- irritabilité permanente
- impatience
- difficulté à se détendre ou à prendre du temps pour soi

Vous trouverez probablement bénéfique d'apprendre autant que possible sur l'état d'un être cher et d'être réaliste quant à la quantité de soins que vous pouvez donner à quelqu'un (aussi bien en ressources mentales que physiques). Chercher de l'aide pour vous est également essentiel, il existe bon nombre de ressources disponibles pour vous aider à faire face à la situation. Dites-vous que plusieurs personnes vivent cette situation et que vous n'êtes pas seul.

Les 10 meilleurs conseils pour les proches aidants

L'Association nationale pour les proches aidants offre ces 10 meilleurs conseils pour les proches aidants:

1. Choisissez de prendre en charge votre vie, ne laissez pas la maladie ou l'invalidité de l'être cher prendre l'avant-scène de votre vie.
2. N'oubliez pas d'être bon pour vous-même. Sachez vous aimez, vous honorez et vous valorisez vous-même. Vous faites un travail très difficile ; vous méritez un bon moment pour vous.
3. Surveillez les signes de dépression et n'hésitez pas à obtenir de l'aide professionnelle lorsque vous en éprouvez le besoin. Téléchargez une auto-évaluation imprimable de la dépression de l'*American Medical Association**.
4. Lorsque les gens offrent de l'aide, acceptez l'offre et proposez des choses spécifiques qu'ils peuvent faire.
5. Éduquez-vous sur l'état de l'être cher. L'information est habilitante.

6. Vous ne pouvez pas tout faire. Identifiez les limites de votre implication. Soyez ouvert aux nouvelles technologies, aux idées qui favorisent l'indépendance de l'être cher (qui ne peuvent que faciliter votre travail).
7. Faites confiance à votre instinct. La plupart du temps, il vous conduira dans la bonne direction.
8. Tentez d'assumer vos pertes, puis permettez-vous de rêver de nouveau.
9. Informez-vous sur vos droits en tant qu'aidant et en tant que citoyen.
10. Cherchez le soutien d'autres proches aidants. Il y a une grande force à savoir que vous n'êtes pas seul.

Où puis-je obtenir de l'information supplémentaire sur l'aide aux proches qui ont subi un AVC ?

Votre centre de santé local peut vous donner de l'information sur les soins à prodiguer à un membre de la famille ou un proche ayant subi un AVC. Voici un certain nombre d'autres ressources qui peuvent également vous aider.

1. Module Info-AVC : <https://www.strokingengine.ca>
2. Partenariat canadien pour le rétablissement de l'AVC : <http://www.canadianstroke.ca/fr/>
3. Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada : <http://www.coeuretavc.ca/>
4. Stroke Recovery Association of British Columbia : <http://www.strokerecovery.bc.ca>
5. American Stroke Association : <http://www.strokeassociation.org>
6. American Heart Association : <http://www.americanheart.org>
7. National Family Caregivers Association : <http://www.thefamilycaregiver.org>
8. The Internet Stroke Center : <http://www.strokecenter.org>
9. SAFE (Stroke Awareness for Everyone, Inc.) : <http://www.strokesafe.org>
10. National Stroke Association References : <http://www.stroke.org>
11. Home Health Care Agencies: <https://www.homehealthcareagencies.com/resources/caregiving-tips/>

L'information contenue dans ce site Web est fournie à titre informatif seulement et ne saurait se substituer à un avis médical professionnel. Si vous avez ou croyez avoir un problème d'ordre médical, veuillez communiquer sans tarder avec un professionnel de la santé.