

Notre mission

Dispensateur de services de première ligne et de services spécialisés, le CSSS du Suroît a la responsabilité de maintenir et d'améliorer la santé et le bien-être de la population de son territoire en rendant accessible une gamme de services de santé et de services sociaux. Il offre en plus des services spécialisés à la population voisine du grand Suroît.

De concert avec ses partenaires du réseau local de services, le CSSS s'assure de l'organisation, de la coordination et de la prestation des services afin de faciliter le cheminement des personnes dans le réseau et leur accès à des services continus, sécuritaires et de qualité dans une perspective de prévention, de traitement et de soutien.

respect

| excellence

| approche humaine personnalisée

Centre de santé et de services sociaux
du Suroît



150, rue Saint-Thomas
Salaberry-de-Valleyfield (Québec) J6T 6C1
Téléphone : 450 371-9920
Sans frais : 1 800 694-9920

www.santemonteregie.qc.ca/suroit

Conseils sur l'alimentation lors d'une maladie avancée

Ce que vous devez savoir



respect

| excellence

| approche humaine personnalisée

Avec la progression de la maladie, les besoins nutritifs changent et le corps assimile de moins en moins les aliments. C'est pourquoi il faut être à l'écoute des besoins et des désirs de la personne malade. Voici quelques conseils à retenir pour vous aider à faire les meilleurs choix alimentaires pour votre proche malade.

Ce que vous devez savoir

Pour les proches

- Il est important de savoir que les personnes aux prises avec une maladie avancée mangent peu et peuvent se sentir rassasiées après quelques bouchées.
- Ne tentez pas de forcer votre proche à manger davantage, car la sensation d'être rassasié peut engendrer la nausée et des vomissements.
- Faites des repas un moment agréable.
- Évitez de mettre l'accent sur le peu d'appétit que la personne ressent. Au lieu d'orienter la conversation sur la nourriture et les boissons, discutez plutôt d'histoires intéressantes.



Notes personnelles

[illegible]

Ce que vous devez savoir

Pour bien vous hydrater

- Buvez de petites quantités de liquides fréquemment (petites gorgées) pour éviter la déshydratation.
- Buvez des liquides une heure avant ou après les repas. Évitez durant le repas.
- Ayez un verre de liquide à portée de main.
- Optez pour des liquides froids, pas trop sucrés.
- Sucez des glaçons et gelez les liquides pour ainsi créer des sucettes glacées.
- Assurez-vous d'avoir une position assise, confortable avant la période du repas.

Une nutritionniste peut aussi vous conseiller, discutez-en avec votre intervenant.



- Favorisez un environnement calme.
- Offrez de plus petits repas plus souvent en vous assurant que la personne mastique bien et mange lentement.
- Planifiez les repas en fonction de la fluctuation de son appétit.
- Favorisez ses goûts lors du choix de menu ainsi que le moment du repas et l'endroit.
- Ne soyez pas étonné si votre proche a des désirs pour certains aliments un jour et qu'il ne les a plus à d'autres moments.
- Évitez de vous sentir irrité quand votre proche demande un met particulier et en perd l'intérêt lorsque vous le lui présentez.
- Laissez à votre proche les décisions quant à la quantité et à la variété des aliments ainsi que le moment où il souhaite manger.
- Sachez que le refus de se nourrir ne signifie pas le rejet du soignant.
- Évitez les odeurs de cuisson. Assurez une bonne aération ou évitez que la personne soit dans la pièce lorsque vous cuisinez.
- Offrez au besoin un supplément alimentaire commercial (Ensure[®], Boost[®]) ou maison entre les repas (voir la brochure «Boissons riches en calories et en protéines»).
- Consultez la brochure «Bien manger pour mieux vivre» de la Fondation québécoise du cancer et «Bien s'alimenter lorsqu'on a le cancer» de la Société canadienne du cancer.



Plus la maladie progresse...

Plus la personne risque d'avoir de la difficulté à avaler ou à digérer.

- Offrez de l'aide pour manger si votre proche est trop faible en suivant son rythme, sans le forcer.
- Servez des aliments faciles à avaler s'il éprouve de la difficulté (flan, pouding, gelée, lait frappé).
- Demeurez attentif au risque d'étouffement lorsque la personne est de plus en plus faible ou va vers l'inconscience.
- La soif est normalement liée aux sensations d'assèchement de la bouche. On peut y remédier avec une bonne hygiène buccale (voir la brochure « Conseils pour les soins de la bouche et ses problèmes »).



Conseils pour diminuer les odeurs des aliments

- Assurez une bonne aération de la pièce lors de la préparation des repas.
- Évitez de sentir les aliments dégageant une odeur forte, tels que le café, les œufs, le poisson, la friture, le bacon, le chou, le brocoli, le chou-fleur, le chou de Bruxelles et les oignons.
- Optez pour des mets congelés ou des plats cuisinés santé à l'épicerie. Ils vous éviteront de cuisiner.
- Réchauffez les aliments à basse température. De cette façon, ils dégageront une odeur moins forte.
- Mangez des aliments froids ou à la température ambiante qui ont peu d'odeur, sinon aucune (ex. : sandwiches, salades, aspics, produits céréaliers, etc.).

Aviser l'infirmière lorsque vous remarquez :

- une diminution importante de l'appétit;
- une diminution de l'urine, urine plus concentrée;
- des étourdissements;
- des étouffements en mangeant ou en buvant;
- de la difficulté à prendre les médicaments par la bouche.