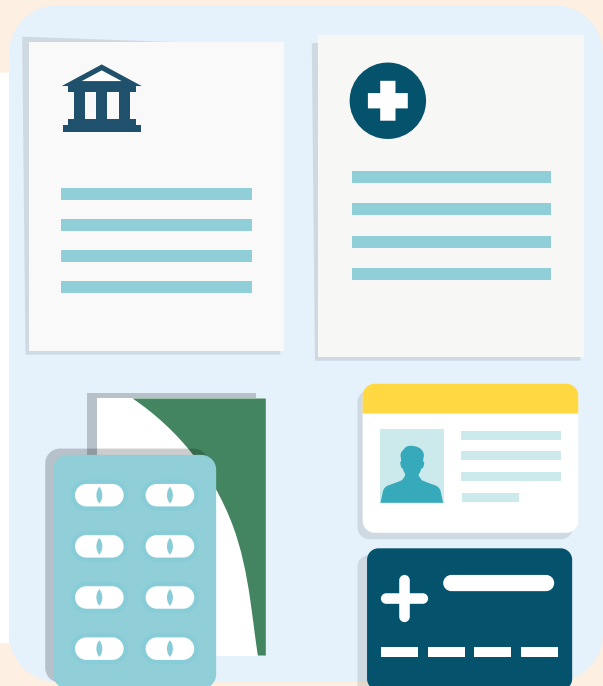


Discussions importantes

Il est important de faire connaître ses choix quand on va bien. Un accident ou une maladie grave peut arriver à n'importe qui, n'importe quand. Si vous ne pouvez plus parler, vos proches doivent savoir ce que vous voulez.

Parler dès maintenant permet de

- Vous préparer et de vous organiser.
- Faire respecter vos choix.
- Éviter que les autres se trompent sur vos choix.
- Aider vos proches à prendre de bonnes décisions pour vous.
- Avoir l'esprit tranquille.



Avec qui en parler ?

- Les personnes que vous aimez (famille, amis proches).
- La personne qui décidera pour vous.
- Un médecin.
- Les intervenants impliqués.

De quoi parler

Mes choix si je deviens très malade

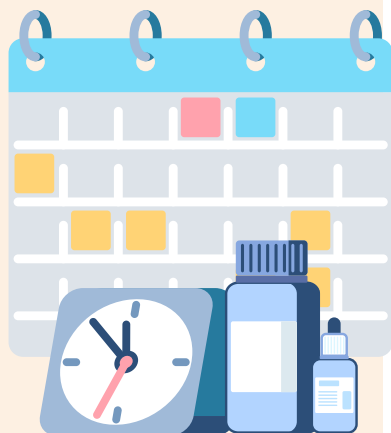
- Est-ce que je veux être réanimé si mon cœur s'arrête ?
- Est-ce que j'accepte un tube pour respirer ?
- Est-ce que je veux aller aux soins intensifs ?
- Est-ce que j'accepte d'être nourri par un tube ?
- Est-ce que je veux prolonger ma vie à tout prix (inconfort, douleur, handicap) ?
- Est-ce que je veux choisir où recevoir mes soins de fin de vie (à la maison ou à l'hôpital) ?
- Est-ce que j'ai des croyances ou des contraintes religieuses ?



Mes peurs et inquiétudes

- Avoir mal.
- Être seul.
- Mal paraître.
- Devoir se déshabiller.
- Être dans le coma.
- Ne pas respecter mes croyances.
- Perdre ma dignité.
- Autre : _____

Discussions importantes



Les documents importants pour mes soins

- La liste à jour de tous mes médicaments.
- Les noms de mon équipe de santé (médecin, pharmacien, intervenants).
- Mes directives médicales anticipées (formulaire RAMQ).
- Mon mandat en cas d'incapacité (chez le notaire).
- Ma procuration.
- Ma carte de don d'organes ou de tissus.

Après avoir parlé



Faire un résumé

- Écrire ce qui a été dit et compris.
- Vérifier ensemble que tout le monde a bien compris la même chose.

Prendre le temps de réfléchir

- Vous n'êtes pas obligé de tout décider aujourd'hui.
- Vous pouvez changer d'idée avec le temps.
- C'est correct de ne pas être certain tout de suite.





En reparler plus tard

- Vos choix peuvent changer selon votre santé.
- Vous pouvez ajouter des choses que vous avez oubliées.
- Il faut en reparler quand votre situation change.

Pourquoi demander de l'aide

- Recevoir de l'aide pour les tâches de tous les jours et de l'accompagnement pour les courses, les rendez-vous et les activités.
- Répondre aux questions de santé et expliquer les soins possibles.
- Recevoir de l'aide pour les discussions difficiles.
- Préparer les documents importants (mandat, testament).
- Expliquer les choix de soins.
- Avoir de l'accompagnement, des outils et du soutien pour les familles
- Échanger avec d'autres familles qui vivent la même chose.

Comment avoir de l'aide

- Famille, amis, voisins
- Médecin ou infirmière praticienne spécialisée (IPS)
- Travailleur social du CLSC
- Notaire ou conseiller juridique
- Infirmière à domicile
- Organismes communautaires
- Groupes d'entraide

Ressources et coordonnées : voir page 37