

## Le saviez-vous?

- Un séjour à l'hôpital est l'une des plus grandes causes de la perte d'autonomie chez la personne âgée.
- Une seule journée au lit = 3 jours d'hospitalisation supplémentaire chez une personne âgée de 75 ans ou plus.
- La déshydratation ou certains médicaments peuvent entraîner un état de confusion en quelques heures.
- Ainsi, la détérioration d'une des dimensions AÎNÉES peut entraîner des complications et déconditionnement durant le séjour hospitalier.



Centre de santé et de services sociaux  
de Laval



Préoccupé par la qualité de ses services et la réponse aux besoins de la population de son territoire, le CSSS de Laval a fait le choix de passer à l'action.

**Agissons maintenant pour la santé de nos aînés!**

**Favoriser une approche adaptée à la personne âgée pour éviter le déconditionnement lors de l'hospitalisation**

Document inspiré de :

Ministère de la Santé et des Services sociaux (2011) Approche adaptée à la personne âgée en milieu hospitalier.

Centre de santé et de services sociaux de Rivière-du-Loup (2011) Optimisation des soins à la personne âgée à l'hôpital.

## L'Approche adaptée à la personne âgée (AAPA)

Développée par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), cette approche permet d'adapter les façons d'organiser les services et de donner les soins à la clientèle âgée hospitalisée ou qui se retrouve à l'urgence. L'AAPA a pour but de s'assurer que toutes les interventions nécessaires soient faites pour prévenir le déconditionnement des usagers âgés.

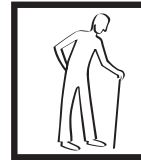
Cette approche préconise des soins et des services qui prennent davantage en considération les caractéristiques et les besoins qui sont propres au vieillissement. Elle favorise aussi l'implication des personnes âgées dans les activités quotidiennes afin de maintenir leur mobilité pendant l'hospitalisation. Cette approche est devenue nécessaire pour s'adapter au vieillissement de la population.

Globalement, l'AAPA utilise des façons d'intervenir qui sont spécifiquement appliquées aux personnes âgées à l'urgence ou hospitalisées. Ces façons s'arriment avec six principales dimensions plus vulnérables chez les usagers âgés. Ces dimensions sont à surveiller tout au long du séjour à l'hôpital. On les retrouve sous l'acronyme « AINÉES ».

<b>A</b>	<b>Î</b>	<b>N</b>	<b>É</b>	<b>É</b>	<b>S</b>
<b>Autonomie fonctionnelle</b>	<b>Intégrité cutanée</b>	<b>Nutrition et hydratation</b>	<b>Élimination</b>	<b>État cognitif</b>	<b>Sommeil</b>
Rester actifs et bouger	Conserv. une peau saine	Bien s'alimenter et s'hydrater	Assurer la régularité	Demeurer alerte	Avoir un environnement propice au sommeil

## Vous pouvez faire LA différence!

Voici quelques actions qui peuvent faire une différence pendant le séjour à l'hôpital :



Autonomie fonctionnelle

### Autonomie et mobilité

- Le plus possible effectuer soi-même ses soins personnels pour maintenir son autonomie telle qu'avant l'hospitalisation (manger, se laver, se peigner, se brosser les dents, etc.),
- Se mobiliser au moins 3 fois par jour, selon la condition de santé (lever au fauteuil, marche au corridor, etc.).



Intégrité cutanée

### Intégrité de la peau

- Porter une attention particulière à l'état de la peau et aviser le personnel soignant si une lésion ou une plaie apparaît ou s'aggrave.



Nutrition et hydratation

### Nutrition

- Lors des repas, manger d'abord le plat principal car sa teneur en protéines est élevée et cela favorise la guérison.
- Boire de l'eau régulièrement pour éviter la déshydratation.
- Offrir de l'eau régulièrement (pour éviter la déshydratation).



Élimination

### Élimination

- Il est important d'éviter l'installation précoce d'une culotte d'incontinence afin de maintenir sa capacité à demeurer continent. Marcher pour aller à la salle de bain est un exercice simple qui favorise la régularité.



État cognitif

### État cognitif

- Si vous observez un changement dans l'état mental (désorientation, propos décousus, etc.) ou le comportement, aviser le personnel soignant.
- Apporter et porter vos lunettes et appareils auditifs pendant votre hospitalisation.



Sommeil

### Sommeil

- Conserver le plus possible vos habitudes et routines de sommeil pendant l'hospitalisation pour favoriser la récupération.
- Si vous prenez des médicaments pour faciliter le sommeil avant votre hospitalisation (prescrit ou non), aviser le personnel soignant.