



L'agonie

Information pour les personnes qui sont impliqués par un décès

Ce sac de veillée vous est offert par l'établissement de santé où votre proche réside. Espérons qu'il vous offre du soulagement pendant cette période où la veillée sera centrale.

Puisque la période de veillée se présente soudainement, vous remarquerez que ce sac de veillée est rempli de très nombreux produits que vous pouvez éventuellement utiliser pendant cette période. Par exemple une bougie afin de créer une ambiance de confiance, de l'huile pour la peau pour masser les mains de votre proche, mais aussi un carnet pour noter des choses importantes, ainsi qu'un livre de coloriage avec des crayons pour vous distraire pendant un instant.

Dans le sac de veillée, vous trouvez également des produits de soin pour votre propre usage, comme un peigne, une brosse à dents, des mouchoirs, un baume à lèvres, si la veillée se présente soudainement.

Après le décès de votre proche, vous trouvez dans le sac aussi une petite boîte en aluminium que vous pouvez utiliser pour garder une mèche de cheveux ou pour ranger les plus petits bijoux de votre proche.

Un décès apporte beaucoup d'émotions ainsi que des soucis pratiques, auxquels personne ne peut se préparer entièrement. De plus, des choses pratiques croisent souvent tous les sentiments. Cette brochure vous fournit de l'information sur la phase de décès et sur la veillée.

Si vous avez des questions après avoir lu cette brochure, n'hésitez pas à les poser à une infirmière, un médecin généraliste ou un autre professionnel de santé. Nous vous souhaitons beaucoup de courage et de force.

En fin de vie, vous constaterez des changements physiques et mentaux qui indiquent l'approche de la mort. Quelquefois après un court instant, d'autres fois après une longue maladie. On ne perçoit pas forcément chez chaque personne mourante tous les changements qui sont mentionnés dans cette brochure, et pas non plus au même degré. Chaque personne et chaque lit de mort est unique. Les informations dans cette brochure, répondent aux éventuelles questions que vous pourriez avoir et vous encouragent à poser de nouvelles questions. Si vous avez des questions, vous pouvez vous adresser à l'infirmière, au médecin généraliste ou aux autres professionnels de santé.

Abandonner la vie

Mourir, c'est abandonner la vie. Laisser derrière vous tout ce que vous aimez. C'est une tâche difficile pour la personne mourante et pour ses proches. Chaque lit de mort a son heure et son propre rythme. Parfois l'esprit semble prêt, mais le corps n'est pas encore prêt, parfois c'est l'inverse. A l'approche de la mort, le mourant peut éprouver un sentiment de soulagement et cela peut être perceptible pour les personnes qui sont les plus proches : comme si le mourant relâche et s'abandonne.

Vous remarquerez que l'agonie apporte à la fois des moments difficiles ainsi que de beaux moments. Dans ce processus, vous vivez des moments de tristesse, de peur, d'impuissance, de colère, mais aussi des moments de gratitude, de résignation, d'amour, d'humour et d'espoir. Souvent, c'est un proche qui est la personne désignée pour assister la personne mourante. Ce n'est pas une tâche facile. Parler à des personnes de confiance, comme des membres de la famille ou des amis, peut vous apporter du soutien.

Et si des enfants étaient impliqués ?

Lorsqu'un enfant est confronté à une situation dans laquelle un proche décède, il est important d'impliquer l'enfant, en fonction de son âge et de son niveau, autant que possible. Cela empêche un enfant de se créer un monde imaginaire qui ne correspond pas à la réalité, ce qui pourrait entraîner pour l'enfant plus de traumatismes que nécessaire. Être honnête, écouter l'enfant et l'impliquer dans chaque phase adaptée à son âge, sont donc d'une grande importance.

La veillée

Si la mort est proche, vous pouvez envisager de procéder à veiller le malade. Cela signifie que vous soyez tranquillement présent(s), jour et nuit, auprès de la personne mourante, à tour de rôle ou

ensemble. L'attente prend toujours plus de temps qu'on ne le pense. La mort peut se faire attendre longtemps. Pour la transformation de l'attente en véritable veillée, il faut du temps et suffisamment d'espace intérieur. Adaptez votre agenda, annulez des rendez-vous. Assurez-vous de pouvoir être remplacé pour vos autres obligations, telles que votre travail, la garde des enfants ou le soin des animaux domestiques.

Ceux qui veillent et attendent ne sont pas obligés de parler tout le temps. Être ensemble peut apporter beaucoup de paix et de confort. Créez un climat de confiance, par exemple en allumant des bougies (électriques), en plaçant des images ou une belle fleur, en atténuant la lumière, en écoutant de la musique ou en lisant quelque chose. La musique, qui peut être activée et désactivée en douceur, peut rendre le silence plus paisible et susciter la conversation.

La veillée peut être un moment pour un rite d'adieu, comme la bénédiction des malades ou votre propre rituel. C'est souvent aussi un temps pour se remémorer et raviver des souvenirs de jours meilleurs. Ne soyez pas déçu si vous n'obtenez pas beaucoup de réponse. Les personnes mourantes sont en général trop faibles pour répondre, mais elles apprécient certainement vos efforts et votre proximité.

Si possible, prenez aussi soin de vous-même. Vous pouvez le faire en veillant alternativement, par exemple. Continuez aussi à bien manger et reposez-vous suffisamment. La variété vous donne de l'espace pour vous détendre et faire quelque chose de différent. De cette façon, la veillée peut être une période très précieuse au cours de laquelle vous pouvez vous soutenir comme une vraie famille et des amis.

Qu'est-ce que vous voulez faire en tant que proche?

Il peut être agréable de participer aux soins de manière modeste : remettre l'oreiller, prendre soin de l'hygiène buccale, peigner les cheveux doucement, répandre un parfum agréable, aider à la toilette. Assurez-vous de prendre le temps de bien faire les choses. N'hésitez pas à discuter de vos souhaits avec une infirmière. Vous pouvez trouver agréable de recueillir de beaux souvenirs, par exemple en coupant une petite mèche de cheveux ou en photographiant les mains, éventuellement avec les mains des proches.

Une attitude de calme et de confiance est importante. Ça aide le mourant s'il a l'impression qu'il peut abandonner la vie. Si vous remarquez qu'il y a encore des

choses qui préoccupent le mourant et qui rendent l'agonie plus difficile, discutez bien ensemble si vous pouvez y faire quelque chose. Pensez également à impliquer un aumônier ou bien un professionnel psychosocial.

Ce qui peut aider?

Cela peut être de la musique, des poèmes, des histoires, la nature, mais aussi votre philosophie de la vie ou votre religion. Chacun a sa façon de faire face au processus, et toutes les façons sont bonnes. Les plus précieux sont les gestes simples, les petits moments ou le sentiment d'être ensemble.

L'agonie

Moins besoin de nourriture et de boisson

Les personnes mourantes ont souvent peu ou pas besoin de nourriture ou de boisson. Leur poids diminue rapidement. Le corps change : les joues tombent, le nez devient plus aigu, les yeux s'enfoncent plus profondément dans les orbites. La déshydratation entraîne normalement une soif précoce, mais cela se ne se présente pas ou très peu pendant la phase de mort. Elles n'ont peu ou pas de sensation de soif. Parce que les lèvres et la bouche sont souvent sèches, il est bon de les humidifier légèrement de temps en temps.

Cela peut être fait de différentes façons. L'infirmière et le médecin peuvent vous en dire plus. Moins une personne boit, moins elle urine. Les muscles du sphincter de la vessie fonctionnent souvent moins bien, et les fuites urinaires peuvent survenir. Dans ce cas, vous pouvez prendre des mesures pour limiter l'inconfort. Vous pouvez le faire en utilisant le matériel d'incontinence ou bien un cathéter vésical.

Modifications de la respiration

Chez les mourants, la respiration présente des interruptions et une irrégularité. C'est souvent un signe que la mort approche. La respiration s'arrête régulièrement, pour reprendre ensuite avec un profond soupir. Le temps entre les respirations devient de plus en plus long, parfois jusqu'à une demi-minute.

On dit que le mourant lui-même ne ressent pas cela comme un essoufflement. Le visage a souvent l'air très calme, même avec cette respiration stagnante. Seulement quand il y a des signes d'inconfort sévère et très sérieux, les médecins décident de donner des médicaments sédatifs supplémentaires.

Parce que les stimuli normaux de déglutition et de toux disparaissent, du mucus

peut s'accumuler dans l'arrière-bouche ou dans la trachée. Cela peut conduire à des crépitations dans la respiration. Les personnes présentes pensent alors parfois que le mourant s'étouffe ou même risque de suffoquer, mais c'est quelque chose que la personne ne remarque pas. La phase de respiration irrégulière et de crépitements est suivie par des pauses respiratoires plus longues, une respiration plus superficielle et, enfin, le dernier souffle. Dans la plupart des cas, ce n'est plus qu'un dernier souffle léger, après une longue période de silence.

La circulation sanguine diminue

Le corps maintient le flux sanguin vers le cœur et les poumons aussi longtemps que possible. Le sang se retire de plus en plus vers les cavités thoraciques et abdominales. A cause de ça, la personne qui meurt peut avoir froid aux mains, aux bras, aux pieds, aux jambes et au nez. Sur les jambes peuvent paraître des marques bleu-pourpres. Le teint devient gris et au dernier souffle, la couleur du visage disparaît totalement ('livide'). Souvent, cela change quelques heures après le décès. La personne ressemble davantage à elle-même.

Moins de contact - changement de conscience

Dans la phase mourante, les périodes d'éveil deviennent de plus en plus courtes. Le mourant semble se retirer de plus en plus, et il est plus difficile à atteindre. Souvent, il ne comprend pas tout ce qui lui est dit. Pourtant, il entend probablement tout et jusqu'au dernier moment, il est sensible aux sons.

La sérénité autour du mourant est importante. Assurez-vous qu'il n'y ait pas trop de monde autour du lit en même temps, et essayez d'éviter des voix ou des bruits trop forts. Parler doucement peut avoir un effet apaisant. Le toucher peut être apaisant, mais cela varie d'une personne à l'autre. Durant cette période, la conscience descend de plus en plus profondément. Au cours des dernières heures, une personne sombre généralement dans un état de sommeil profond ou elle tombe dans le coma.

Problèmes et confusion

Il peut arriver que le comportement d'une personne change en raison d'une diminution du niveau de conscience. La personne mourante a alors un autre regard dans ses yeux et peut donner l'impression d'être inquiète ou confuse. C'est ce qu'on appelle un délire. Il semble que quelqu'un subit et voit toutes sortes de choses, mais on ne sait pas quoi exactement.

Cela arrive dans les derniers jours de leur vie, et surtout pendant les dernières

heures. Souvent, le mourant fait de petits mouvements de la main, comme s'il veut cueillir ou indiquer quelque chose. Vous pouvez soutenir la personne, par votre présence tranquille. Ce que vous pouvez aussi faire, c'est de ne pas contredire ses hallucinations, mais ne les soutenez pas non plus. En cas de signes sérieux d'inconfort sévère, tel qu'un essoufflement, une agitation ou une douleur, le médecin peut décider de fournir des médicaments apaisants. Nous appelons cela 'la sédation palliative'. Vous pouvez obtenir plus d'informations à ce sujet auprès du médecin ou de l'infirmière si c'est le cas.

Après la mort

Si votre proche est décédé, vous pouvez prendre le temps de dire adieu, d'une façon qui correspond à vos besoins. Après, vous pourrez alors contacter le directeur des pompes funèbres. Si vous souhaitez aider aux derniers soins, vous le pouvez. Une infirmière ou une soignante peut vous guider tout au long de ce processus. Souvenez-vous aussi que dans cette triste période d'adieu et de deuil, il y a des personnes présentes qui sont prêtes à vous aider et vous assister.

Conseils pour après le deuil

Le médecin généraliste doit être informé du décès le lendemain ou le week-end après. Vous pouvez contacter vous-même un médecin, mais un hôpital ou un établissement de santé où votre proche résidait, peut aussi le faire pour vous. Le médecin généraliste peut faire une visite dans le premier accueil à la maison, mais il peut aussi jouer un rôle d'orientation dans un stade ultérieur pour vous aider en tant que survivant.

Avertir le directeur des pompes funèbres

Une fois que vous, en tant que proche survivant, avez accompli vous-même les formalités auprès de l'établissement de santé, vous pouvez avertir un directeur de pompes funèbres. Le directeur de pompes funèbres peut organiser beaucoup de choses pour vous. Le choix d'un directeur de pompes funèbres dépend de ce qui a été arrangé par la personne décédée. Dans un premier temps, il y a peut-être une police d'assurance dans les papiers personnels du défunt.

Vous pouvez vérifier dans ses papiers s'il en existe une. Si une assurance est disponible, vous pouvez contacter l'assureur funéraire ou l'entrepreneur concerné qui y est mentionné. Le défunt peut également avoir des vœux pour ses funérailles, qui sont enregistrés. Peut-être en a-t-il discuté avec vous en tant que parent survivant. Vous saurez alors quel directeur des pompes funèbres doit être contacté.

Dans tous les autres cas, vous êtes libre de faire le choix vous-même.

Souhaits personnels

S'il y a des souhaits personnels concernant le maquillage, les vêtements, les bijoux et ainsi de suite, vous pouvez le faire savoir au directeur des pompes funèbres. Le lavage rituel peut avoir lieu en accord avec le directeur des pompes funèbres.

Donner le corps à la science

Si le défunt souhaite se rendre disponible à la science, il ou elle a pris contact avec une université pendant sa vie. Une personne décédée peut être mise à la disposition de la science lorsque les proches survivants sont en possession de la preuve qu'une université a donné l'autorisation pour une mise à disposition ultérieure. Une consultation à ce sujet aura lieu avec la personne concernée de l'université.

Décès non naturel

Une mort non naturelle signifie qu'une personne est décédée par une cause non naturelle. Cela inclut, entre autres, un accident de la route ou un crime. En cas de décès non naturel, la police et la justice mènent une enquête sur la cause du décès. Cela signifie qu'une visite funéraire ne peut avoir lieu que lorsque le défunt a été libéré par le ministère public.

Nous vous souhaitons beaucoup de courage. N'oubliez pas que même dans cette triste période d'adieu et de deuil, il y a des personnes qui veulent vous aider et vous assister. Si vous avez des questions ou si vous souhaitez parler à quelqu'un, n'hésitez pas à contacter le médecin ou un autre professionnel de santé.

Plus d'informations: www.waaktas.nl

Sources: www.iknl.nl et www.etz.nl

