

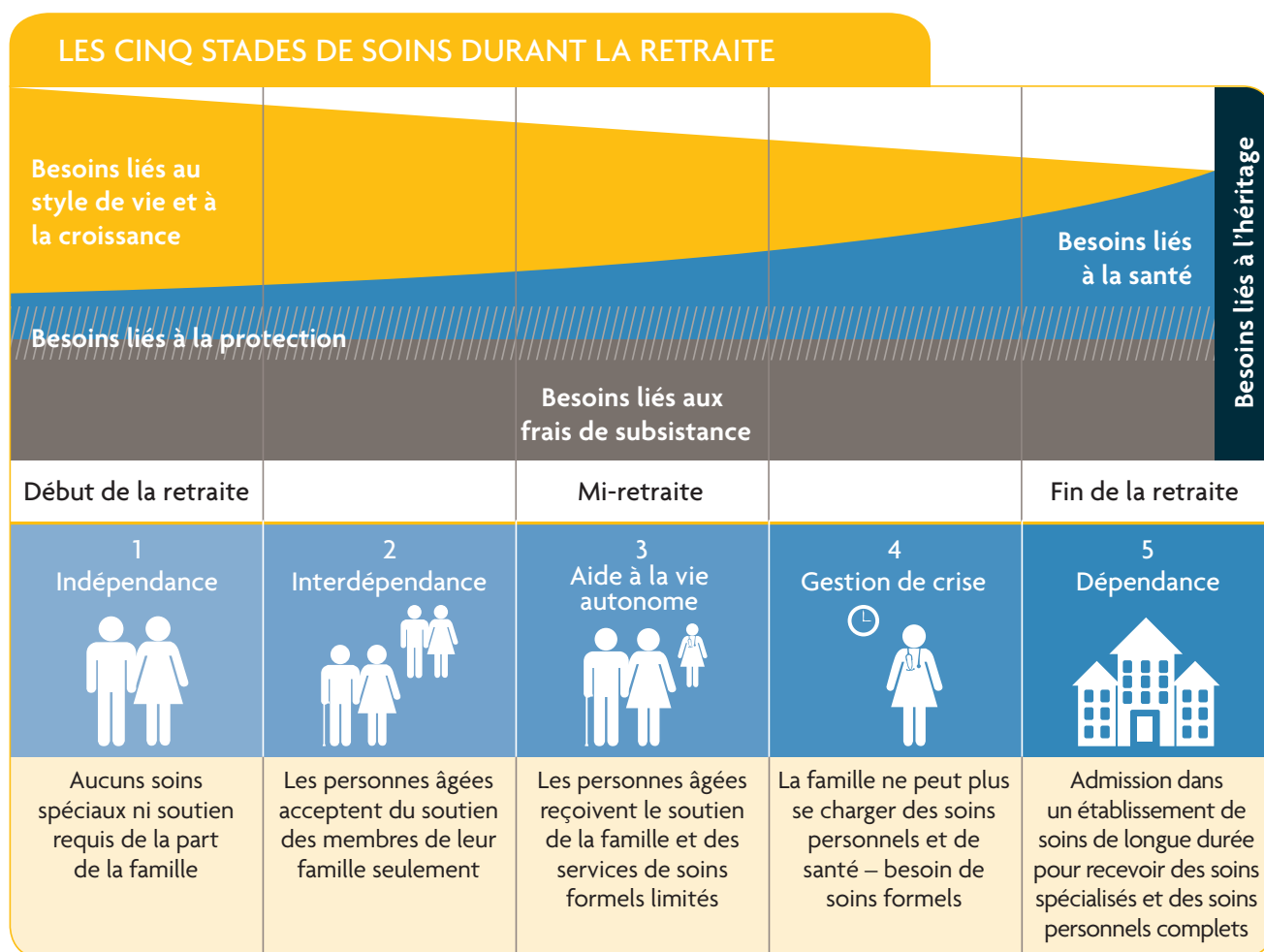


VOTRE SANTÉ à la retraite

LES BESOINS DE SOINS DE SANTÉ ÉVOLUENT AVEC L'ÂGE ... GÉNÉRALEMENT EN CINQ PHASES

En général, à l'abord de la retraite, nous connaissons assez bien notre état de santé et savons le gérer. Mais au fil du temps, notre santé se détériore et, peu à peu, nous commençons à dépenser davantage pour les soins médicaux, physiques et personnels.

En fait, nous passons par cinq stades de soins au cours de la retraite. Le niveau de soins de santé et d'assistance personnelle dont nous avons besoin – et les coûts qui y sont associés – augmentent à chaque stade.



Avec un bon plan, vous serez prêt à faire face à vos besoins en termes de soins de santé et aux dépenses qu'ils entraînent. Pour la planification de votre vie financière et de votre retraite, voyez ce que l'approche personnalisée de la Financière Sun Life peut faire pour vous.*

Parlez de **Mon argent pour la vie** avec un conseiller dès aujourd'hui.

La vie est plus radieuse sous le soleil

Financière 
Sun Life

* Seuls les conseillers qui détiennent le titre de planificateur financier au Québec (Pl. Fin.) ou, en dehors du Québec, de planificateur financier agréé (CFP), de conseiller financier agréé (CH.F.C.) ou un titre équivalent sont habilités à porter le titre de planificateur financier.

LES CINQ STADES DES BESOINS EN SOINS POUR LES PERSONNES VIEILLISSANTES

Par Sheila Avari, *SimplementBrillant.ca* | 23 août 2011

De nos jours, chacun peut raconter sa petite histoire au sujet des soins donnés à un membre âgé de sa famille. Qu'il s'agisse d'accompagner son père au cabinet du médecin, de passer la nuit chez les parents pour donner les médicaments à sa mère ou de visiter son conjoint à l'établissement de soins de longue durée, l'éventail de types de soin est large. Les soins aux personnes âgées imposent une pression grandissante sur les aidants naturels, qui sont la base invisible du système de santé et de soins de longue durée au Canada. Ces soins non rémunérés représentent plus de 5 milliards de dollars.

Beaucoup s'épuisent à prendre soin d'un membre de leur famille malade ou vieillissant et refusent même des promotions, selon le Dr Mark Frankel, président et directeur général de Taking Care (Prenons Soins), organisme qui aide les soignants à naviguer dans le système de soins aux aînés. Leur site Web libre-service combiné à un centre d'appels reçoit de 20 à 30 mille demandes par année. Selon le Dr Frankel, la plupart des appels proviennent de gens qui portent le lourd fardeau d'avoir à prendre soin d'un parent ou d'un conjoint. Ils sont frustrés, épuisés, tendus et ils ont besoin de soutien.

Entrer dans le monde des soins de longue durée n'est pas le fait d'un événement isolé; il s'agit habituellement d'un processus graduel comportant bien des contraintes et des secousses. En vieillissant, les personnes peuvent avoir des problèmes de santé chroniques qui entraînent des difficultés fonctionnelles ou des incapacités. Ces personnes et leurs aidants naturels passent d'une stratégie à l'autre, en essayant de s'adapter à une situation qui peut s'avérer éprouvante. Pour aider les familles à comprendre les principaux besoins et problèmes entourant l'évolution des soins de longue durée, le Dr Frankel a conçu un schéma constitué de 5 stades. À mesure que les stades de soins progressent, les choix et les sources de soins deviennent de plus en plus complexes et, souvent, plus onéreux. En prévoyant les stades de ce processus, vous pourrez mieux réagir lorsque votre propre histoire d'aidant naturel commencera.

STADE 1 : Les aînés sont encore autonomes et capables de gérer leurs problèmes de santé chroniques ou leurs incapacités. Habituellement, ils ne demandent pas de soutien particulier de la part des membres de leur famille et les refusent même parfois, préférant rester aussi indépendants que possible.

STADE 2 : Maintenant, l'indépendance se change rapidement en interdépendance. Les aînés commencent à accepter des soins des membres de leur famille pour ce qui est de cuisiner, de faire le ménage, les courses et les opérations bancaires, mais ils sont réticents à accepter des soins professionnels pour le moment. Le Dr Frankel explique que les aînés voient souvent les soignants professionnels comme le commencement de la perte de leur indépendance. À ce stade, le Dr Frankel conseille souvent aux familles de commencer à envisager une résidence pour personnes âgées autonomes offrant des services de sécurité 24 heures sur 24, des appartements, des formules de repas, des services d'entretien ménager et de lessive.

STADE 3 : Les aînés deviennent plus dépendants des autres pour les tâches pratiques comme la préparation des repas, le ménage, les courses et le transport. Ils peuvent aussi commencer à avoir besoin d'un peu d'aide directe ou d'accompagnement pour certains soins personnels comme s'habiller, se laver et se préparer. Il existe une vaste gamme d'options de soins; des préposés aux soins vivant ou non à domicile fournissent des soins personnalisés. Les résidences assistées ou les maisons de retraite deviennent des choix lorsque les personnes désirent des soins personnels ainsi que des activités sociales, comme des repas en groupe et des programmes de loisirs.

STADE 4 : La responsabilité de donner les soins à la maison peut entraîner certaines familles dans la spirale épuisante de la gestion de crise. Le Dr Frankel nous révèle que des familles appellent l'organisme pour raconter que tous les aliments du réfrigérateur de leur mère étaient pourris ou que leur père a laissé la cuisinière allumée. Les besoins en soins personnels et de santé d'un aîné peuvent dépasser la capacité d'aide de la famille. Les soins professionnels à domicile peuvent être insuffisants ou trop onéreux et la famille vit alors une crise après l'autre.

STADE 5 : Le dernier stade de soins de longue durée du Dr Frankel survient lorsque les familles sont forcées de faire entrer leur personne âgée dans un établissement de soins infirmiers. Des soins infirmiers de personnel qualifié et des soins personnels étendus aident la personne âgée à vivre dans la dignité et permettent aux membres de la famille de continuer à fournir du soutien social et affectif tout en continuant de s'occuper de leurs propres responsabilités.

Le Dr Frankel rappelle que peu importe les soins, le financement est à votre charge. Les établissements de soins de longue durée ne font pas partie de la Loi canadienne sur la santé et les soins financés par l'État sont très limités. Toujours d'après le Dr Frankel, chacun découvre la dure réalité le moment venu, et les familles qui ne peuvent pas assumer les coûts des résidences assistées finissent souvent par porter la responsabilité des soins à la maison.

Comprendre ces stades est particulièrement important du fait que les Canadiens vivent plus longtemps que jamais auparavant. Planifier la retraite demande de faire des choix importants qui ont trait au style de vie et aux étapes de la vie.