

Accompagner l'aidant lorsque son rôle prend fin au décès du proche malade

A la disparition de la personne malade, l'aidant peut se sentir désemparé. A cela, peut se surajouter un sentiment de désœuvrement voire d'inutilité. D'où l'importance en amont de préparer les proches à une fin inéluctable et d'insister auprès d'eux pour qu'ils conservent une vie sociale et personnelle en dehors de leur fonction d'aidant.

Après le décès, le médecin peut être amené à orienter l'aidant assez rapidement vers un groupe de paroles ou une prise en charge psychologique s'il perçoit un très fort sentiment de culpabilité. Celui-ci peut être lié, chez l'aidant, à l'impression de ne pas en avoir assez fait ou de manière très paradoxale, à une sensation de soulagement provoquée par le décès.

Reste que plusieurs questions peuvent se poser au médecin : l'apparition souvent constatée de pathologies chez l'aidant est-elle due au hasard ? Faut-il particulièrement craindre chez l'aidant une dépression ?

➤ L'impact psychologique

L'équipe de Schulz s'est intéressée au devenir des aidants d'un proche souffrant de troubles cognitifs après le décès de ce dernier. En suivant 217 aidants pendant la période précédant et suivant le décès du proche, il a été constaté que les symptômes dépressifs de l'aidant régressent très rapidement après le décès du patient, dans les 3 mois. Ces données ont été mises en parallèle avec l'impact d'une institutionnalisation où le niveau de stress et de dépression de l'aidant demeure très élevé malgré l'institutionnalisation de son proche.

➤ L'impact physique

La Fédération Nationale des Centres de Lutte contre le Cancer (FNCLCC) rappelle sur son site qu'après le décès d'un patient cancéreux, il arrive que le conjoint consulte pour une anomalie, due à un cancer, qui avait été négligée ou occultée voire reléguée au second plan pendant la maladie du défunt. Cette observation donnerait à tort l'impression qu'un deuil favoriserait l'apparition d'un cancer. Les oncologues n'excluent toutefois pas que le développement d'un cancer chez l'aidant soit lié à des facteurs psycho-immunologiques qui pourraient favoriser l'évolution d'une tumeur.

➤ La reconversion ?

Comme le rappelle le Guide de l'aidant familial édité par le ministère du Travail, des Relations Sociales et de la Solidarité, du fait de son activité même d'aidant familial, le proche a développé un savoir-faire important. Celui-ci peut notamment être valorisé dans une démarche de bénévolat associatif ; servir dans l'exercice d'un métier d'aide à la personne et/ou faciliter l'obtention de diplômes reconnus dans ce domaine.

Dr. Sylvie Gilot et Julie Vedovati, journaliste – HealthExperts

Références

- Schulz R. et al., *End-of-Life Care and the Effects of Bereavement on Family Caregivers of Persons with Dementia*. *New Engl. J. Med.*, 2003 ; 349 : 1936-1942
- Fédération Nationale des Centres de lutte contre le Cancer, *Dictionnaire des Cancers de A à Z*. Consultable sur http://www.fnclcc.fr/fr/patients/dico/definition.php?id_definition=405
- Ministère du Travail, des Relations Sociales et de la Solidarité, *Guide de l'aidant familial*, 2008. Consultable sur <http://www.travail-solidarite.gouv.fr/espaces/famille/navigation-bloc-2/guides-pratiques/guide-aidant-familial.html>