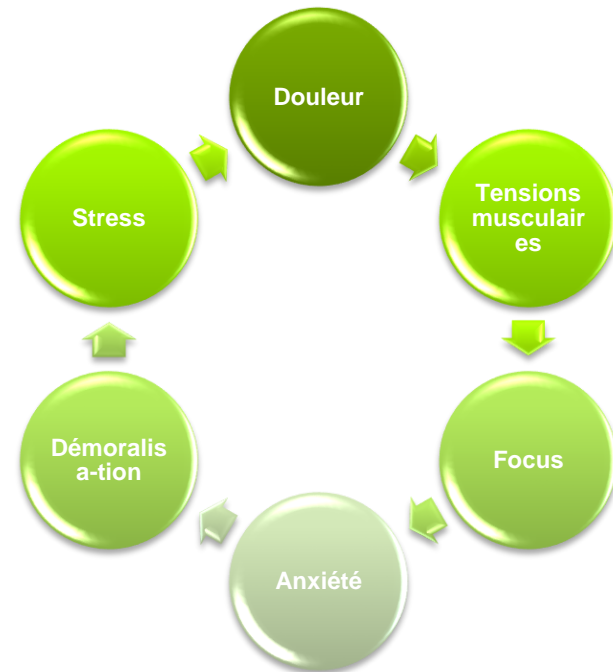


L'aspect psycho-social Arthrite

Préparé par France Gervais, TS
SIRDEP
26 octobre 2019

L'arthrite par rapport aux autres maladies chroniques

- Ils vivent davantage de restrictions au niveau de leurs activités;
- Ils ressentent plus de douleur;
- Ils sont plus touchés par l'invalidité;
- Ils sont plus nombreux à avoir besoin d'accompagnement pour accomplir leurs activités quotidiennes;
- Ils évaluent moins bien leur état de santé que la majorité de la population;
- Sur une période de 12 mois, la clientèle arthritique considère qu'elle n'a pas reçu assez de soins.



L'arthrite au Canada, une bataille à gagner, Santé Canada

Les sphères touchées

- Sociales
- Familiales
- Psychologiques
- Biologiques



Autres conséquences de l'arthrite

- ❖ La douleur chronique
- ❖ La fatigue chronique
- ❖ La perturbation du sommeil
- ❖ Les changement de sport et loisir
- ❖ La perte d'un rôle social
- ❖ Les deuils (à tous les niveaux)
- ❖ La médication à vie
- ❖ Les effets secondaires
- ❖ La perte d'intimité avec partenaire
- ❖ Les déformations articulaires
- ❖ Les chirurgies
- ❖ Les préjugés
- ❖ L'avenir angoissant

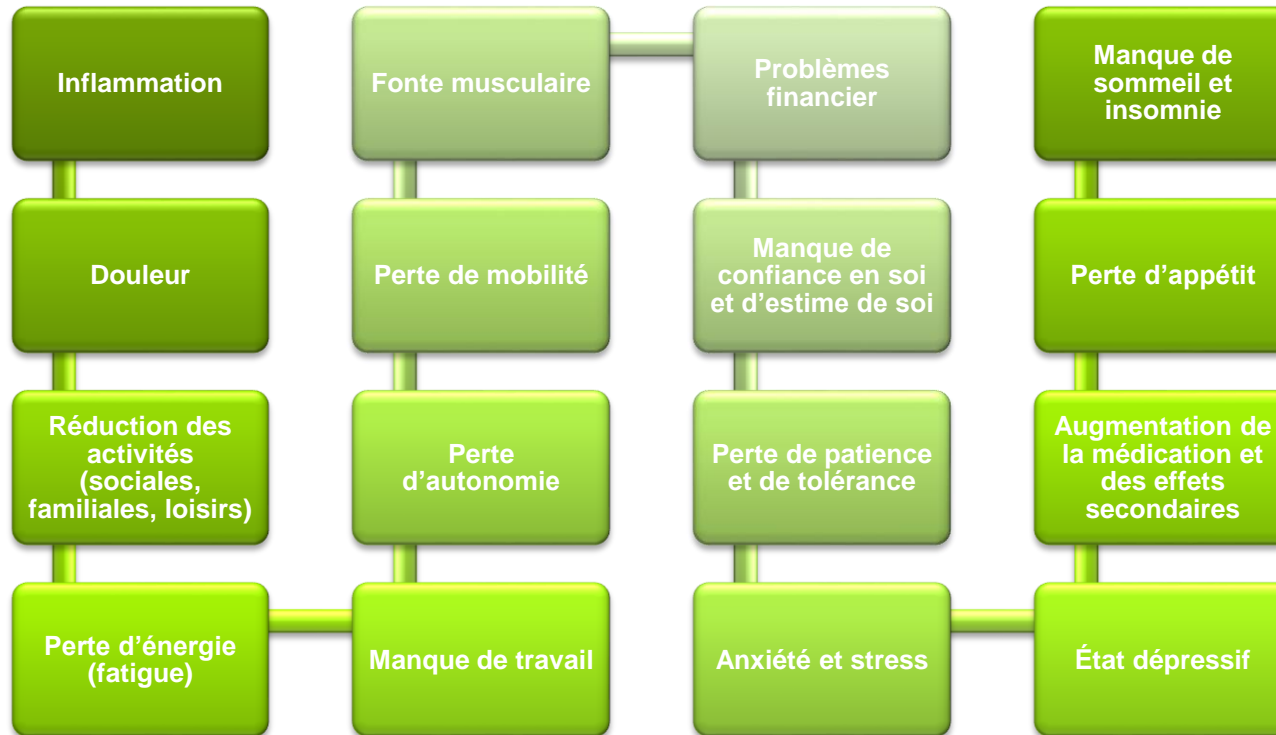
Les problématiques sociales

- Alcool/toxicomanie
- Violence conjugale
- Abus sexuelle
- Situation d'appauvrissement
- Difficulté de transport ou de logement
- Réseau social limité
- Isolement
- Idéation suicidaire
- Dépression/anxiété
- Injustice sociale

Les problématiques de prise en charge

- ❖ Non-collaboration de la famille
- ❖ Trouble d'adaptation de la maladie
- ❖ Difficulté à communiquer leurs besoins
- ❖ Difficulté à accepter de l'aide
- ❖ Dénier
- ❖ Réticence aux soins
- ❖ Peurs/craintes de l'avenir
- ❖ Mauvaise observance thérapeutique
- ❖ Fausse perception
- ❖ Croyances++
- ❖ Baisse estime de soi
- ❖ Travail non adapté, invalidité

Cercle vicieux



Un exemple

- Inflammation
- Douleur
- Réduction des activités
- Perte d'énergie (fatigue)
- Fonte musculaire
- Perte de mobilité
- Manque de travail
- Problème financier
- Perd mon rôle social
- Manque de confiance en soi
 - Estime de soi
- Anxiété et stress
- Perte de patience et de tolérance
- Risque de dépression
- Augmentation de la médication et des effets secondaires
- Perte d'appétit
- Manque de sommeil
- Insomnie



- S'informer sur la maladie
- Faire de l'exercice adapté
- Sensibiliser sa famille
- Reprendre ses loisirs et passions
- S'informer des ressources de transport, financières
- Optimiser nos habitudes de vie
- Gérer notre énergie, notre fatigue, notre temps
- Prioriser nos actions
- Prendre conscience de l'étape de notre cheminement psychologique
- Adapter notre milieu de travail
- Réactiver dans une vie active
- Apprentissage/dépistage de l'anxiété
- Gestion de la douleur
- Éliminer les facteurs de stress inutiles
- Connaître les barrières
- Déterminer sa motivation
- Changer ses passions
- S'entourer d'une équipe médicale
- Organiser les services, soins
- trouver l'espoir

L'autogestion de la maladie

Amener la personne vers un changement de comportement par la modification de leurs habitudes de vie, par le développement d'aptitudes de résolution de problèmes et de prise de décisions dans la gestion de la maladie.



L'auto-gestion en nombre

- ❖ 8 748 heures gérées par les personnes elles-mêmes (soit 364,5 jours/an)
- ❖ Environ 12 heures par année où la personne est en contact avec l'un ou l'autre des professionnels de la santé

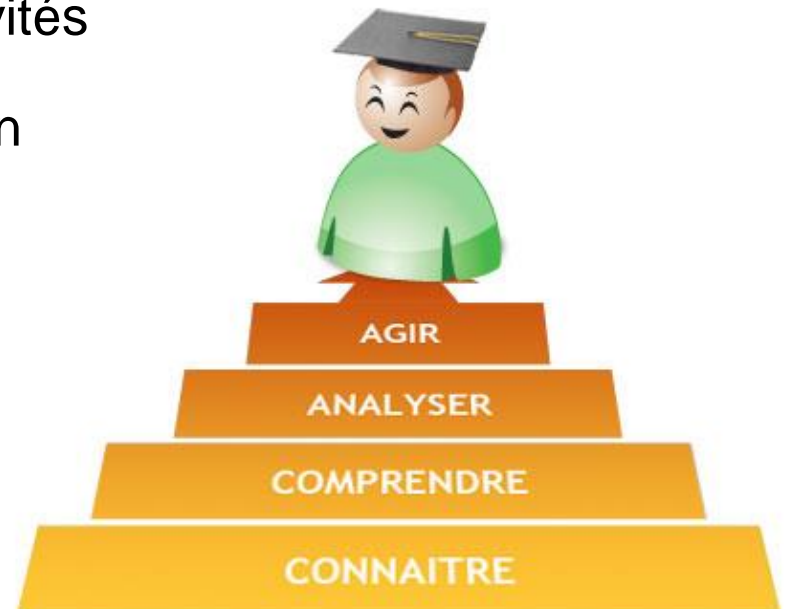
Le soutien professionnel

- ❖ Démystifier et faire comprendre les différents traitements médicaux liés à l'arthrite ;
- ❖ Accroître et renforcer l'observance aux soins médicaux ;
- ❖ Modifier les habitudes de vie et les comportements;
- ❖ Conscientiser et de démystifier les peurs face à la prise de médicaments;
- ❖ Éclairer le patient dans la prise de décisions face aux traitements disponibles;
- ❖ Prendre en charge la maladie;
- ❖ Orienter le patient vers les bonnes ressources.



Développer des aptitudes

- La gestion des émotions
- La mise en action d'activité
- La gestion de la douleur
- La gestion et priorisation des activités
- Les techniques de communication
- Les mythes alimentaires
- Les traitements disponibles
- Les saines habitudes de vie
- La gestion des symptômes
- Les ressources



Résultats visés

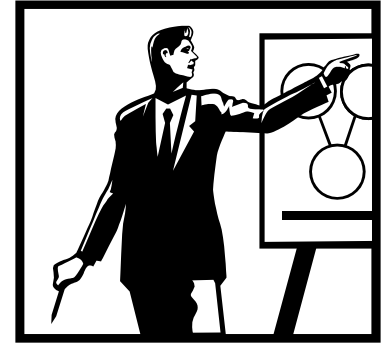


- ❖ Meilleure compréhension de sa maladie et du rôle des traitements;
- ❖ Amélioration de l'observance thérapeutique;
- ❖ Meilleure collaboration avec l'équipe soignante;
- ❖ Stabilisation de la maladie, diminution des crises et des hospitalisations;
- ❖ Amélioration de l'auto-gestion de la maladie;
- ❖ Éviter l'aggravation des symptômes;
- ❖ Acquisition et maintien des ressources nécessaires pour gérer de façon optimale sa vie avec la maladie;
- ❖ Maintien ou modification d'un lien d'emploi ou d'études;
- ❖ Plus grande autonomie au quotidien;
- ❖ Réintégration sociale.

Les facteurs de risques

- ❖ Travail précaire, physique et sans assurances;
 - ❖ Faible réseau social;
 - ❖ Monoparentalité;
 - ❖ Contrôle partielle de la maladie;
 - ❖ dépendances;
 - ❖ Antécédent de dépression;
 - ❖ Conjoint non-compréhensif;
 - ❖ Faible éducation.
- Problématique sociale à l'enfance
 - Problématique sociale

Les axes d'intervention



- 1-Évaluer le fonctionnement social
- 2-Évaluer l'auto-gestion
- 3-Évaluer la motivation aux changements
- 4-Implanter des stratégies d'adaptations

Merci de votre collaboration!