

Choisir avec soin est la version francophone de la campagne nationale *Choosing Wisely Canada*. Cette campagne vise à encourager un dialogue entre le médecin et son patient afin de choisir les examens et les traitements les plus appropriés pour assurer des soins de qualité. La campagne *Choisir avec soin* reçoit le soutien de l'Association médicale du Québec, et les recommandations ci-dessous ont été établies par les associations nationales de médecins spécialistes.

Pour en savoir davantage et pour consulter tous les documents à l'intention des patients, visitez www.choisiravecsoin.org.
Participez au dialogue sur Twitter @ChoisirAvecSoin.

Les soins palliatifs

Un soutien qui peut vous être offert en tout temps en cas de maladie grave

Les soins palliatifs constituent un niveau de soutien supplémentaire pour vous et vos proches en cas de maladie grave.

Les soins palliatifs donnent accès à du soutien physique, émotionnel et spirituel. Ils peuvent soulager la douleur, la fatigue, l'anxiété, l'essoufflement, les nausées et la dépression. Les soins palliatifs vous aident à être en mesure de savoir à quoi vous attendre durant la maladie et à choisir un plan de traitement. Parfois, c'est le médecin qui se charge des soins palliatifs, mais il peut aussi arriver qu'une équipe spécialisée en soins palliatifs intervienne et collabore avec vous et votre médecin pour que vous receviez les soins et les services dont vous avez besoin.

Les soins palliatifs peuvent vous aider à tout stade d'une maladie grave, qu'il s'agisse d'insuffisance cardiaque, de maladie rénale, de sclérose en plaques ou de cancer. Souvent, les médecins attendent trop longtemps ou



omettent simplement d'orienter leurs patients vers des services de soins palliatifs. Par conséquent, beaucoup de patients gravement malades sont privés des bienfaits de ce type de soins.

Voici les raisons pour lesquelles les soins palliatifs sont d'une grande utilité dans les cas de maladie grave.

Les soins palliatifs améliorent la qualité de vie et peuvent prolonger.

Dans une étude menée sur des patients atteints de cancer à un stade avancé, ceux qui ont rapidement reçu des soins palliatifs ont obtenu un meilleur soulagement de leur douleur et des autres symptômes. La qualité de vie des personnes qui ont reçu des soins palliatifs était meilleure et ces dernières ont moins souffert de dépression. Elles ont également vécu plus longtemps et passé moins de temps à l'hôpital que les patients qui recevaient les traitements ordinaires.

Selon des études, les bienfaits seraient les mêmes chez les personnes atteintes d'autres maladies graves.

Les soins palliatifs ne sont pas nécessairement des soins de fin de vie.

Les soins palliatifs peuvent vous aider, et ce, peu importe le temps qu'il vous reste à vivre. Vous n'avez pas à renoncer aux autres traitements indiqués pour traiter votre maladie.

L'intervention précoce est un gage de succès.

Dans le cas d'une maladie grave, les soins palliatifs sont plus utiles si vous les recevez sans tarder. Il est inutile d'attendre que le médecin vous en parle : faites-en la demande. Les soins palliatifs peuvent influencer la qualité des soins que vous recevrez et vous permettre de prendre de meilleures décisions quant aux traitements qui vous seront offerts. Informez-vous au www.portailpalliatif.ca.

Pensez-y maintenant! N'attendez pas d'être malade pour discuter de la planification de vos soins.

- La planification préalable des soins vous donne l'occasion de réfléchir aux types de soins de santé que vous voulez recevoir, d'en parler et de vous documenter pour que vos souhaits soient respectés au cas où vous deviendriez incapable d'accepter ou de refuser certaines interventions médicales ou autres.
- Désignez un proche, membre de votre famille ou non, qui sera responsable de faire respecter vos souhaits si vous devenez trop malade pour prendre des décisions par vous-même. C'est en parlant à cette personne ainsi qu'à votre médecin et aux membres de votre famille que vous leur ferez connaître vos souhaits et que vous aiderez vos proches à décider de vos traitements s'ils doivent le faire en votre nom.
- Notez ce que vous souhaitez.
- Certaines personnes et leurs médecins remettent à plus tard cette discussion sur leurs souhaits et sur leurs valeurs en matière de soins. Elles risquent d'être trop malades pour indiquer leurs préférences à leurs médecins et, ainsi, d'imposer à leurs proches des choix difficiles. Alors, ne tardez pas.

Commencez dès aujourd'hui avec les renseignements fournis par la campagne Parlons-en - www.planificationprealable.ca - consultez les ressources dans votre province ou votre territoire.



© 2014 Consumers Union of United States, Inc., 101 Truman Ave., Yonkers, NY 10703-1057. Créé en collaboration avec la Société canadienne des médecins de soins palliatifs pour Choisir avec soin, en partenariat avec l'Association médicale canadienne. Des portions de ce rapport sont dérivées du document de la Société canadienne des médecins de soins palliatifs intitulé « Les cinq examens et traitements sur lesquels les médecins et les patients devraient s'interroger ». Ce rapport ne doit pas remplacer les conseils d'un médecin. Ni l'Université de Toronto, ni l'Association médicale canadienne, ni la Société canadienne des médecins de soins palliatifs, ni le Consumer Reports ne seront responsables d'erreurs ou d'omissions, quelles qu'elles soient, ou de toutes conséquences de celles-ci, ou de l'utilisation de toute information contenue dans ce rapport.