

ANNE-CLAIRE CHAPUIS

vous répond



Q : Ma mère est en fin de vie; Je suis mal à l'aise de rester auprès d'elle, comment faire pour l'accompagner jusqu'au bout ?

Ah, dès qu'on parle de quelqu'un qui va mourir, tout de suite on se sent mal à l'aise. Que dire au mourant ? Que faire pour lui ? On dirait bien que la mort est un sujet tabou. Et non seulement la mort, mais encore la souffrance qui l'accompagne. Alors quand ça touche notre mère, c'est pire que tout.

Vous est-il arrivé d'être auprès d'un mourant et de vous dire, en regardant sa poitrine se soulever doucement : " Mais à quoi je sers ? Il ne voit même pas que je suis là, il ne m'entend pas, ma présence ou mon absence ne change rien pour lui." Le fait qu'il ne vous réponde pas, qu'il ne manifeste même pas de réaction vous fait croire qu'il n'est pas conscient de votre présence. Pourtant, c'est bien de votre présence dont le mourant a besoin.

La personne très âgée est fatiguée, sa vue est devenue obscure, ses oreilles n'entendent plus très bien, chacun de ses gestes peut devenir douloureux et souvent, elle trouve une position antalgique, c'est-à-dire une position de confort, où elle a le moins mal possible. Ecouter un long discours peut lui demander beaucoup de concentration, ce qu'elle n'a pas forcément, ses forces étant beaucoup diminuées.

Par contre, laissez-moi vous donner deux conseils pour accompagner votre mère dans ses derniers instants :

1. Elle est encore sensible au toucher, si vous vous en sentez capable, n'hésitez pas à lui caresser le visage, les cheveux ou le bras. Imaginez que vous soyez alité pendant des semaines et que votre seul contact se limite à celui d'un soignant qui vous lave avec précaution mais vous faisant gémir dès qu'il doit vous soulever ou vous retourner dans le lit. N'apprécieriez-vous pas une caresse affectueuse ou un massage du cuir chevelu ? Le contact physique peut détendre votre mère et vous aider à vous sentir plus à l'aise en sa présence.

2. Une autre chose qui peut favoriser votre relation, c'est la musique. Si votre mère aimait certaines chansons, vous pouvez les lui passer sur un poste CD ou un radio cassette. Ça lui rappellera des souvenirs et la replongera dans une époque agréable de sa vie. Mieux encore, vous pouvez les lui chanter.

Il arrive que certaines personnes tiennent longtemps dans un état très précaire appelé l'état végétatif. La personne se referme sur elle-même, elle se tient dans la même position que le fœtus, elle n'ouvre pas les yeux et semble insensible à ce qui l'entoure. Vous pouvez lui parler mais pas plus d'une minute, afin de faciliter sa concentration. Verbalisez les expressions sur son visage. S'il vous semble que

votre maman serre les dents et fronce les sourcils, dites-lui et demandez-lui si ça signifie qu'elle souffre ou qu'elle est en colère.

Le plus dur lorsque vous accompagnez votre mère dans ces moments-là, c'est de ne pas avoir de réponse de sa part. Nous avons tous besoin de savoir que nos actes sont utiles. Lorsque nous faisons quelque chose, nous en attendons de la reconnaissance. Or, la mourante ne donne pas ou très peu de signe de reconnaissance. Disons-le, nous sommes frustrés ! C'est un travail que nous devons faire sur nous-mêmes pour nous convaincre que notre présence seule, nos caresses ou nos chansons suffisent au bien-être de la maman.