Les thérapies douces, une priorité pour les résidents du PARC DES MAUVES du réseau Oméris

Plus qu'une spécificité, c'est une vraie philosophie !

En gériatrie, l'application des thérapies non médicamenteuses est d'autant plus importante qu'on avance en âge. En effet, avec l'âge les polypathologies, les prescriptions multiples, donc le risque dit « iatrogénique » et les interférences médicamenteuses, prennent de l'importance.
Face à la maladie, l'approche non médicamenteuse ouvre un large champ des possibles pour apporter du bien-être, réduire l'apathie, prévenir les troubles du comportement et la dépression, maintenir et développer la sociabilité, lutter contre la dénutrition, limiter le risque de chutes, retarder la dépendance…

Luminothérapie, art-thérapie, musicothérapie, techniques de massage et de relaxation, zoothérapie, « La vie a bon goût », c'est tout un ensemble unique de thérapies au sein d'une maison de retraite qui s'est organisé naturellement avec les équipes depuis quelques années et que l'établissement ne cesse de développer depuis. Ces thérapeutiques accompagnent les soins quotidiens et sont pratiquées sur l'ensemble des services par des équipes pluridisciplinaires composées de professionnels de rééducation, de psychologues, d'assistants de soins en gérontologie et de personnels diplômés. Cette pratique se fait en collaboration avec le corps médical avec la volonté de valoriser et de professionnaliser cette approche de soins.
Comme dans toutes les résidences du Réseau Oméris, chaque résident dispose d'un projet personnalisé réalisé en équipe pluridisciplinaire et évalué régulièrement. Ce projet inclut ces techniques non médicamenteuses en réponse aux besoins et attentes des personnes âgées.

L'art-thérapie et la musicothérapie sont proposées aux résidents par des thérapeutes diplômés.

L'expression musicale a un effet apaisant et renforce l'estime de soi. Même en phase avancée de certaines pathologies, elle permet de vivre des expériences étonnantes. Ecouter, chanter, danser… permet d'améliorer sensiblement l'expression orale en cas de problèmes de langage. La musique a en outre un effet calmant et aide à évacuer le stress.
Un musicothérapeute personnalise et adapte la musique qu'il diffuse en fonction des goûts et des dates de naissance des résidents pour évoquer les souvenirs. Autre source de plaisir: la borne musicale MELO©. Toutes les heures, elle déclenche des chansons et réunit les pensionnaires autour d'atelier de reconnaissance des sons mené par l'animatrice.
Un art-thérapeute intervient auprès des résidents autour d'un projet annuel personnalisé où chacun pratique un travail manuel en fonction de son histoire de vie : couture, poterie, dessin, peinture… Incitant à une ouverture sur l'art, l'établissement expose régulièrement des artistes qui viennent échanger en atelier sur leurs pratiques artistiques.

Bien-être et stimulation grâce à la luminothérapie, aux techniques de massages et de relaxation

Depuis 2016, une salle multi-sensorielle est accessible aux résidents accompagnés par des professionnels spécialement formés. Allongés sur un matelas d'eau chaude, ils bénéficient d'une séance de relaxation apaisante grâce à des massages prodigués notamment par une réflexologue. Parallèlement, une ergothérapeute et un psychomotricien dispensent une fois par semaine des ateliers pour prévenir les chutes et maintenir les gestes de la vie quotidienne afin de préserver au maximum

l'autonomie des résidents. La luminothérapie agit en cas de troubles du sommeil (inversion du rythme jour-nuit) et de dépression saisonnière.

La médiation animale pour apaiser

Face aux effets positifs et immédiats de la présence d'un animal auprès des résidents, le Parc des Mauves accueillera un nouveau compagnon fin 2018 : c'est le projet Handi'Chien. C'est prouvé, le recours aux animaux est bénéfique pour la santé : il calme (baisse de la pression artérielle et sanguine) et apaise les personnes dépressives, rassure lors d'accompagnement des soins et s'avère un compagnon 'empathique' pour les personnes en fin de vie. Ce projet complétera les séances de zoothérapie organisées deux fois par mois dans l'établissement : poule, lapin, tourterelle, cochon d'inde… Vecteur de lien, la zoothérapie permet de développer le contact affectif, le bien-être et les émotions.

« La vie a bon goût » ou le repas plaisir pour tous

Les repas sont essentiels pour les personnes âgées. Aussi, leur permettre de conserver le plaisir de manger est une des priorités du réseau Oméris. Parmi les idées mises en place : une restauration de qualité élaborée avec des produits locaux favorisant la réminiscence des saveurs d'antan, des recettes élaborées par les résidents eux-mêmes dans les menus, du vin à table, des plats mixés, hachés ou finement coupés pour les résidents atteints de problèmes dentaires ou de mastication, plats « menus plaisir » pour les personnes en fin de vie (frites, aliments sucrés…). Bref, autant de plaisirs qui prolongent le temps passé à table (1h30 !) incitant échanges et convivialité.
Mais ce n'est pas tout. Une attention particulière est accordée aux personnes atteintes de troubles cognitifs qui bénéficient de 'repas' adaptés : collation de nuit pour les personnes déambulantes plutôt qu'un somnifère, un 'manger main' pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer à un stade évolué.

S'il n'est pas rare de voir dans d'autres EHPAD la déclinaison de ces thérapies douces, le Parc des Mauves se démarque en proposant une offre globale de thérapies non médicamenteuses. D'ailleurs en 2010, une étude comparative internationale* a montré que les thérapies non médicamenteuses sont plus efficaces encore lorsqu'elles sont combinées entre elles.

*Nonpharmacological Therapies in Alzheimer's Disease: A Systematic Review of Efficacy, Javier Olazarán et al., Dement Geriatr Cogn Disord 2010; 30:161–178, sept. 10, 2010