

Conseils sur l'alimentation lors d'une maladie avancée

Soins palliatifs et de fin de vie

CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR



santemonteregie.qc.ca/ouest

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de la Montérégie-Ouest

Québec 

D105 – NOVEMBRE 2024

Québec 

Avec la progression de la maladie, le corps assimile de moins en moins les aliments. C'est pourquoi il faut être à l'écoute des besoins et désirs de la personne malade.

Voici quelques conseils à retenir pour vous aider à faire les meilleurs choix alimentaires avec votre proche.

Ce que vous devez savoir

Pour les proches

- Il est important de savoir que les personnes aux prises avec une maladie avancée mangent peu et peuvent se sentir rassasiées après quelques bouchées.
- Respecter son désir de ne pas s'alimenter ou de manger que quelques bouchées.
- Ne tentez pas de les forcer à manger davantage, car le sentiment d'être rassasié peut engendrer la nausée et des vomissements.
- Ne soyez pas étonné si votre proche a des désirs pour certains aliments un jour et qu'il ne les a plus à d'autres moments.
- Favorisez ses goûts lors du choix de menu ainsi que le moment du repas et l'endroit.
- Laissez à votre proche les décisions quant à la quantité et à la variété des aliments ainsi que le moment où il souhaite manger.
- Planifiez les repas en fonction de son appétit.
- Offrez de plus petits repas plus souvent en vous assurant que la personne mastique bien et mange lentement.
- Faites des repas un moment agréable.



Pour les proches (suite)

- Évitez de mettre l'accent sur le peu d'appétit que la personne ressent. Orientez plutôt la conversation sur des souvenirs agréables ou des histoires intéressantes.
- Favorisez un environnement calme.
- Évitez les odeurs de cuisson. Assurez une bonne aération ou évitez que la personne soit dans la pièce lorsque vous cuisinez.
- Offrez au besoin un supplément alimentaire commercial (ex. : Ensure®, Boost®) ou maison entre les repas (voir la brochure « Breuvages riches en calories et en protéines »).
- Consultez la brochure « Bien manger pour mieux vivre » de la Fondation québécoise du cancer et « Bien s'alimenter lorsqu'on a le cancer » de la Société canadienne du cancer.



Hydratation

- Offrez de petites quantités de liquides fréquemment (petites gorgées) pour éviter la déshydratation.
- Offrez des liquides une heure avant ou après les repas. À éviter durant le repas.
- Assurez-vous que la personne ait un verre de liquide à portée de main.
- Optez pour des liquides froids, pas trop sucrés.
- Offrez des glaçons et gelez les liquides préférés pour ainsi créer des sucettes glacées.
- Assurez-vous que la personne ait une position assise, confortable pour la période du repas.



Plus la maladie progresse

Forcer l'alimentation apporte plus d'inconforts digestifs que de bienfaits. De plus, la personne affaiblie risque d'avoir de la difficulté à avaler ou à digérer.

- La personne mange de moins en moins jusqu'à plus du tout, la sensation de soif est plus souvent associée à un assèchement de la bouche. Offrir de petites quantités de liquide suffit. On peut aussi apporter du confort avec une bonne hygiène buccale.
- Si la personne exprime avoir faim, offrez des aliments désirés et votre aide à s'alimenter si elle trop faible tout en suivant son rythme.
- Servez des aliments faciles à avaler s'il éprouve de la difficulté à avaler (ex. : flan, pouding, gelée, lait frappé).
- Privilégiez des aliments humides tels que des compotes de fruits, ajout de sauce, ajout de lait ou pouding sur un muffin ou un gâteau...
- Demeurez attentif au risque d'étouffement lorsque la personne est de plus en plus faible.
- Évitez de nourrir lorsque la personne est somnolente lors du repas et ne pas alimenter lorsque la personne est inconsciente.

- es,
iers, etc.).
- 



Aviser l'infirmière lorsque vous remarquez:

- ## Notes personnelles

[illegible]