

Risque suicidaire de la personne âgée à domicile : Repérer & Orienter

Les Situations à Risques

- **La dépression** et autres pathologies psychiatriques
- **Antécédent de tentative de suicide**
- **Certains traits de personnalité**
 - Rigidité *"C'est comme ça, ce n'est pas autrement"*
 - Impulsivité
- **Les situations "de perte"**
 - Décès du conjoint, ami, animal de compagnie
 - Problème ou aggravation de l'état de Santé
 - Perte d'autonomie physique, psychique, financière
- **Une douleur chronique**
- **Les événements de vie importants**
 - Rupture familiale ou conflit
 - Passage à la retraite (dans les 2 ans qui suivent)
 - Dates d'anniversaire d'événements heureux et malheureux
 - Changement de lieu de vie non souhaité ou non préparé
- **L'isolement** : social, sensoriel (surdité, cécité)
- **Une consommation excessive récente** : alcool, médicaments et/ou autres produits

Ce qui peut alerter

Signes Psychologiques

- **Baisse de l'estime de soi**, expression de découragement, de désespoir, de dévalorisation *"Je ne veux pas déranger"*
- **Tristesse**, perte de sourire malgré les attentions portées
- **Sentiment d'être oublié** *"Plus personne ne vient me voir"*
- **Sentiment de culpabilité** *"J'embête mes enfants"*
- **Amélioration soudaine** et sans raison apparente de l'humeur

Signes Physiques

Changement de l'apparence

- * Prise ou perte de poids
- * Négligence physique (hygiène, habit, ...)

Signes Comportementaux

- **Refus** de toute aide, refus de manger, de boire, de se lever
- **Arrêt ou surconsommation** de médicaments
- **Augmentation de sa consommation** d'alcool ou autres produits
- **Verbalisation de propos suicidaires surtout quand le mode opératoire est cité** *"Je sais où trouver un fusil"*
- **Comportements liés à la fin de vie** : mise en ordre des affaires (rédaction de son testament, dons d'objets symboliques, ...)

Que dire ? Que faire ?

Nous vous conseillons de

- **Faire savoir** à la personne que **vous vous souciez d'elle**
- **Prendre le temps d'écouter** et d'établir un climat de confiance
- **Aider la personne à verbaliser** sa souffrance et à **exprimer ses émotions**
- **Reconnaître sa souffrance**
- **Parler ouvertement** avec elle lorsque la personne exprime une envie de mourir
- **Chercher de l'aide** pour la personne en souffrance et pour vous-même



Il faut par contre éviter de

- **Banaliser** ou **dramatiser** les confidences reçues
- **Juger**, tenir un discours moralisateur
- Pousser la personne à **vivre pour ses proches**
- Donner des **recettes de bonheur**
- **Se laisser enfermer dans le secret**
- **S'engager au-delà de ses possibilités**
- **Porter seul la responsabilité** de l'accompagnement

Qui alerter ?

Vous êtes face à une situation qui vous alerte



Signalez-le d'urgence à votre responsable

Création : Groupe de travail "Prévention du suicide des personnes âgées sur le Pays de Vitré - Porte de Bretagne" - Juillet 2015

Soutiens financiers