



Planifier ensemble Permettre l'autodétermination

Informations pour les personnes ayant une maladie évolutive,
leurs proches et les personnes intéressées





Ensemble, nous créons un plan – l'iplan

Combien de temps me reste-t-il ?

Une réponse possible: trop peu...

Les détériorations rapides de santé sont souvent imprévisibles. Qu'elles soient attendues ou pas, ce qu'elles ont en commun est l'incertitude que cette crise déclenche. Elle est souvent associée à un sentiment d'impuissance, d'insécurité et d'accablement. En particulier dans le cas de maladies réduisant l'espérance de vie, ainsi que dans la dernière phase de la vie, les personnes malades et leurs proches sont souvent confrontés à des importants défis. Les questions qui sont souvent posées concernent le temps de vie restant, la qualité de vie, les conséquences d'opérations et le lieu optimal de soin.

Nous planifions beaucoup de choses dans la vie et nous en parlons avec nos proches. On ne peut pas tout planifier, mais beaucoup peut être discuté à l'avance. Si les options possibles sont abordées à un stade précoce de la maladie, il est possible de faire face aux complications et aux urgences avec une plus grande confiance et sécurité. iplan est conçu pour vous aider à trouver le courage de planifier les moments difficiles et à approcher ensemble la fin de la vie.

Prof. Dr. med. Steffen Eychmüller

Médecin chef du Centre universitaire de soins palliatifs,
Hôpital de l'Île de Berne

Comment fonctionne iplan.

Les quatre domaines pour une démarche commune.

iplan s'adresse en particulier aux patients, à leur proches et aux professionnels de la santé. Le but est de cheminer ensemble et de travailler dans la compréhension mutuelle grâce à une planification commune : l'iplan.

Une démarche commune est créée sur la base de discussions dans ces quatre domaines.



iplan est à disposition de toute personne intéressée à planifier l'avenir, quel que soit l'état de santé actuel. Un accident sérieux ou une maladie qui s'aggrave peuvent amener à ne plus être en mesure de s'exprimer et de prendre des décisions. Il est donc d'autant plus important que les souhaits et attitudes de la personne concernée soit connus par son entourage. Cela renforce l'auto-détermination et peut soulager les proches.



Comment va évoluer la maladie?

Serais-je surpris si... ?

Ces questions sont particulièrement inquiétantes lorsque la maladie est déjà avancée. L'estimation de l'espérance de vie paraît difficile, comme si on lançait un regard dans une boule de cristal.

Et souvent l'avenir est associé à des probabilités et à des incertitudes. Les soucis, les attentes et les espoirs relatifs au futur peuvent être discuté avec les professionnels de la santé.

Une première évaluation conjointe de la situation et des futures options constitue la base de l'iplan.





Saisir la qualité de vie

Qu'est-ce qui est important pour moi ? Qu'est-ce qui m'épuise? Qu'est-ce qui me soulage ?

Le deuxième domaine d'iplan se concentre sur la qualité de vie. Une approche structurée selon l'acronyme allemand «**SENS**» peut aider à saisir les principales souhaits et inquiétudes et permet la planification :

- Symptômes (**S**ymptome): Les symptômes physiques sont-ils préoccupants ?
- Prise de décision (**E**ntscheidungsfindung): Quels objectifs et quelles valeurs sont importants, lorsque la maladie progresse ?
- Réseau (**N**etzwerk): Qui peut apporter son soutien en cas de complications à domicile ?
- Soutien des proches (**S**upport der Angehörigen): Un (ou plusieurs) membre de la famille est-il soumis à un stress important ? De qui je me soucie en tant que personne atteinte de la **maladie** ?





Discuter le plan d'action

Quelle est la prochaine étape ? Que peut-on et doit-on planifier ?

Dans la troisième partie, un plan d'action pratique avec des étapes concrètes est créé en fonction de la question : «Que faisons-nous si... ?». Par exemple, les mesures de gestion autonome des symptômes et les options de soutien pour le futur sont discutés ensemble. L'objectif n'est pas seulement de planifier de manière transparente les traitements et les soins, mais également les éventuelles complications et urgences.

L'entretien de famille (ou « table ronde ») est un outil de communication avec toutes les personnes concernées par la situation. Il est organisé pour discuter et planifier la suite des traitements et des soins avec toutes les personnes impliquées.

iplan permets de résumer les informations sur les différentes options et crée la base pour un plan d'action commun.







Qui est responsable de quoi ? Qui doit être informé ?

L'iplan peut être mis en œuvre uniquement si son contenu est connu et partagé. Il est donc important d'informer l'entier réseau composé par les membres de famille, les proches, les amis et les professionnels de la santé. La documentation écrite favorise le flux d'informations et peut éviter les malentendus.

En fonction du type de planification, différents documents sont nécessaires. Pour cette raison, la quatrième partie d'iplan permet un aperçu des documents existants pour la planification des soins.





iplan est le plan élaboré ensemble qui tient compte de vos souhaits et attentes, discuté avec les personnes de confiance les plus importantes, régulièrement mis à jour et qui peut être facilement retrouvé lorsque les choses tournent mal.
Parlons ensemble d'iplan – nous sommes là pour vous aider si vous avez des questions.

Votre équipe de soins :

Vous trouverez également de plus amples informations sur le site www.iplan-care.ch.

Développé par:



UNIVERSITÄTSSPITAL BERN
HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE

www.insel.ch



UNIVERSITÄRES ZENTRUM
FÜR PALLIATIVE CARE

www.palliativzentrum.insel.ch



www.iplan-care.ch



STIFTUNG LINDENHOF

Partnerin Schweizerisches Rotes Kreuz

Avec l'aimable soutien de la Fondation Lindenhof, Berne
et de la Fondation WE, Stuttgart