

Après votre accident vasculaire cérébral (AVC)

Ce dépliant est uniquement conçu à des fins éducatives. Il ne remplace pas les conseils ou le jugement des professionnels de la santé. L'information peut ne pas s'appliquer à toutes les situations. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à les poser à votre prestataire de soins de santé.

Vous trouverez la présente publication et toutes nos autres ressources à l'intention des patients à :
<https://library.nshealth.ca/Patients-Guides> (en anglais seulement).

Vous pouvez parler à un infirmier autorisé ou à une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse à tout moment, en composant le 8-1-1 ou consulter le <https://811.novascotia.ca/?lang=fr>.

Préparation : équipe de soins aux victimes d'AVC - QEII
Illustration : LifeART Super Anatomy 3 Images, Copyright © 1994, TechPool Studios Corp. USA

Conception : Services de la bibliothèque de Santé Nouvelle-Écosse

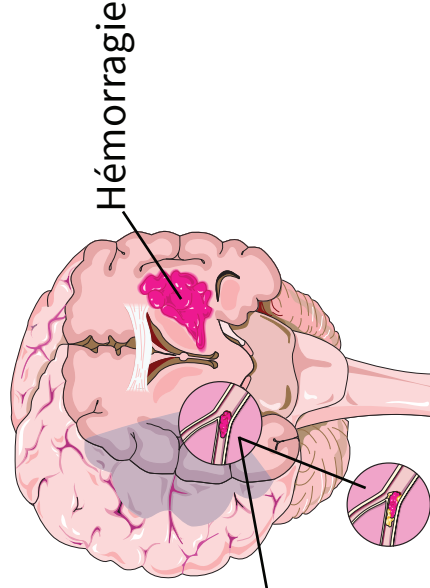
FF85-1787 © Octobre 2022 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse
L'information contenue dans cette publication doit être révisée en octobre 2025, ou au besoin.

Also available in English: WL85-0729
After Your Stroke

Introduction

L'équipe de soins aux victimes d'AVC aigu de l'établissement Halifax Infirmiry s'occupe maintenant de vous ou d'un.e proche ayant subi un AVC.

Un AVC est une blessure soudaine qui se produit dans le cerveau. Quand une personne a un AVC, le sang cesse de se rendre dans une partie du cerveau. **Des cellules du cerveau meurent alors, puisque l'oxygène et les nutriments ne peuvent plus s'y rendre. Voici des raisons pouvant expliquer l'arrêt du flux de sang vers le cerveau :**



Blocage par thrombus ou embolie

La planification du congé commence dès votre admission à l'hôpital. Les membres de votre équipe travailleront avec vous et vos proches pour élaborer votre plan de congé en fonction des soins dont vous avez besoin. Il se peut que vous et vos proches deviez rencontrer l'équipe de soins aux victimes d'AVC.

Au moment de quitter l'hôpital, vous pourriez aller :

- › À domicile (avec ou sans aide supplémentaire)
- › À domicile (avec des soins ambulatoires d'orthophonie, de physiothérapie et d'ergothérapie)
- › Dans un hôpital plus proche de votre domicile
- › Dans une unité de réadaptation pour poursuivre votre traitement
- › Dans un établissement de soins de longue durée (comme une maison de soins infirmiers)

- Vous pouvez travailler directement avec le ou la récréothérapeute ou d'autres membres du personnel de la récréothérapie, ou participer à un groupe.

Intervenant·e en soutien spirituel

- L'accident vasculaire cérébral (AVC) est un problème de santé qui affecte le corps et l'esprit. Pendant les périodes de maladie grave, les gens sont souvent confrontés à des pensées, des sentiments et des questions sur le but et la valeur de la vie. C'est ce qu'on appelle souvent des préoccupations d'ordre spirituel.
- Un aumônier ou une aumônière est à votre disposition pour vous apporter du soutien spirituel pendant votre hospitalisation. Ce soutien est offert à tous les patients, ainsi qu'à leurs proches.
- Veuillez indiquer à un membre de l'équipe si vous souhaitez parler à un·e intervenant·e en soutien spirituel.

Plan de congé

Un plan de congé comprend des étapes pour vous aider à devenir suffisamment autonome pour sortir de l'hôpital.

Thrombus

Il s'agit d'un caillot de sang qui se forme sur la paroi ou à l'intérieur d'un vaisseau sanguin. Ce type de caillot peut empêcher le sang de se rendre à un endroit précis du cerveau.

Embole

Il s'agit d'un caillot de sang qui se forme dans le cœur ou dans un gros vaisseau sanguin. Le caillot se détache ensuite et se rend dans un vaisseau sanguin du cerveau, bloquant ainsi le flux sanguin.

Hémorragie

Cela se produit quand un vaisseau sanguin éclate. Cela peut causer un saignement dans le cerveau ou autour de celui-ci.

Quels sont les symptômes d'un AVC?

Les problèmes possibles à la suite d'un AVC dépendent de :

- › l'ampleur des dommages;
- › l'endroit du cerveau où l'AVC a eu lieu (Par exemple, le côté droit de votre cerveau contrôle le côté gauche de votre corps. Si les dommages se situent du côté droit de votre cerveau, vous pourriez avoir certains problèmes du côté gauche de votre corps.)

Un AVC peut causer ce qui suit :

- › Changements au niveau de votre équilibre
- › Changements dans les sensations ou le fonctionnement de votre visage, de vos bras ou de vos jambes
- › Difficultés à avaler
- › Troubles de vision
- › Faiblesse dans une partie précise du corps
- › Changements dans la personnalité
- › Changements dans votre façon de parler ou de comprendre ce que disent les gens
- › Changements au niveau de la pensée
- › Changements dans votre façon de voir et de comprendre le monde

Pour plus d'information sur les AVC, consultez :

- › www.pratiquessoptimalesavc.ca/ressources

- Pendant votre séjour à l'hôpital, vous pouvez avoir des inquiétudes concernant votre domicile, votre emploi, votre argent ou votre famille. Votre travailleur social ou votre travailleuse sociale peut vous aider.
- Vous ou votre famille pouvez parler de vos préoccupations directement à un travailleur social ou à une travailleuse sociale.

Récréo-thérapeute

- Un·e récréo-thérapeute vous aidera à reprendre les loisirs et les activités récréatives qui vous tiennent à cœur. Il ou elle pourrait vous proposer des activités précises pour vous aider à vous rétablir. Il ou elle travaillera avec vous et vos proches pour fixer des objectifs. Ces objectifs peuvent mettre l'accent sur ce qui suit :

- › Éducation aux loisirs (apprendre à reprendre des loisirs et des activités récréatives)
- › Modification des comportements (utiliser des activités de loisirs dans le cadre de votre thérapie)
- › Diminution de l'anxiété
- › Amélioration de l'humeur

- Si vous avez de la difficulté à avaler, l'équipe spécialisée dans la dysphagie peut vous donner un programme alimentaire particulier afin de réduire le risque de pneumonie. Il peut s'agir d'aliments et de boissons ayant une certaine texture. Ce programme alimentaire est souvent temporaire.
- Si vous ne pouvez pas avaler sans danger ou si vous ne pouvez pas manger suffisamment, vous aurez peut-être besoin d'une sonde d'alimentation. Il arrive qu'une sonde d'alimentation soit nécessaire à long terme. L'équipe spécialisée dans la dysphagie vous en parlera, si nécessaire.

Travailleur social ou travailleuse sociale

- Le travailleur social ou la travailleuse sociale vous aidera, vous et vos proches, à faire face aux changements qui peuvent survenir après un accident vasculaire cérébral. Il peut s'agir de :
 - › s'habituer à son état (apprendre à vivre après un AVC),
 - › gérer le stress.
- Il ou elle vous aidera également à planifier votre sortie de l'hôpital.

À quoi s'attendre après un AVC

Admission à l'hôpital

Après un AVC, on fera votre admission dans un hôpital. On vous amènera à une chambre dans une unité de soins infirmiers.

Des examens médicaux pourraient être requis pour savoir ce qui a causé votre AVC. Votre équipe soignante prendra certaines mesures pour réduire :

- › le risque d'un autre AVC
- › les complications

Vous rencontrerez également les membres de l'équipe qui vous aideront dans votre rétablissement.

Réadaptation

Voici de quoi dépend l'amélioration de votre état après un AVC :

- › L'ampleur des lésions et la partie du cerveau où l'AVC s'est produit.
- › Votre état de santé avant l'AVC.

Le retour à la normale après un AVC est différent pour chaque personne. Voici de quoi il peut dépendre :

- › La façon dont la zone endommagée du cerveau guérit.
- › Les types de thérapies utilisés pour aider à rééduquer votre cerveau.

- › Le temps nécessaire pour apprendre à s'habituer aux effets de l'AVC.

Équipe de soins aux victimes d'accident vasculaire cérébral (AVC) aigu

- L'équipe de soins aux victimes d'accident vasculaire cérébral (AVC) aigu est formée de professionnel·le·s de la santé qui vous aideront à améliorer au maximum votre état de santé et votre autonomie. Les membres de l'équipe travailleront avec vous et vos proches pour élaborer des plans de soins et de traitement qui répondent à vos besoins. Vous pourrez rencontrer différents membres de l'équipe en fonction de vos besoins.
- Les membres de l'équipe se réunissent plusieurs fois par semaine pour faire le point sur vos progrès et planifier vos soins.
- L'équipe peut également vous inviter à participer à une étude de recherche. Vous pouvez choisir d'y participer ou non. Si vous choisissez d'y participer, l'équipe de recherche répondra à toutes vos questions. Votre choix n'affectera pas vos soins.

- L'orthophoniste peut vous aider à apprendre à mieux communiquer. Au début, le traitement consistera à enseigner à vos proches la meilleure façon de communiquer avec vous. Des exercices pratiques peuvent vous aider. Si ces exercices vous conviennent, vous pouvez les faire par vous-même ou avec l'aide de vos proches. Si vous avez besoin d'un traitement plus poussé, l'orthophoniste peut travailler avec vous pour établir un plan en vue de votre sortie de l'hôpital.

Équipe spécialisée dans la dysphagie

- La dysphagie signifie avoir de la difficulté à avaler. Ce trouble est fréquent après un accident vasculaire cérébral.
- Il se peut que l'on évalue (teste) votre déglutition à votre arrivée aux urgences. Par la suite, l'équipe spécialisée dans la dysphagie pourra évaluer votre déglutition si nécessaire. Cette équipe est composée d'un·e diététiste (voir page 13) et d'un·e orthophoniste (voir page 14). Ces spécialistes vérifieront comment vous vous nourrissez et si vous pouvez avaler sans danger.

- Certaines habitudes et certains problèmes de santé (appelés facteurs de risque) augmentent votre risque de subir un autre AVC. Des choix alimentaires sains peuvent contribuer à réduire les facteurs de risque comme le diabète, l'hypertension artérielle, l'obésité (surpoids) et un taux de cholestérol élevé. Avant de quitter l'hôpital, le ou la diététiste discutera avec vous des aliments à consommer pour vous aider, vous et votre famille, à faire des changements à long terme.

Orthophoniste

- Le travail de l'orthophoniste consiste à vérifier et à traiter les troubles de la parole, du langage et de la déglutition après un AVC.
- Si votre AVC s'est produit dans la partie du cerveau qui contrôle la parole, vous pourriez avoir de la difficulté à produire des sons. Si votre AVC s'est produit dans la partie du cerveau qui contrôle le langage, vous pourriez avoir du mal à comprendre ce que les gens disent ou à trouver les mots justes.

Voici les membres de l'équipe :

Neurologue spécialisé·e en AVC

- Le ou la neurologue spécialisé·e en AVC est un·e médecin qui travaille avec les personnes ayant subi un AVC. Le ou la neurologue effectue des examens physiques et demande les tests médicaux nécessaires pour déterminer la cause de l'AVC. Il ou elle prescrit des médicaments et des traitements pour réduire le risque d'un autre AVC ou d'autres problèmes de santé.
- Le ou la neurologue vous fournit, ainsi qu'à vos proches, des renseignements médicaux.

Infirmier praticien ou infirmière praticienne spécialisé·e en AVC

- Les infirmiers praticiens et infirmières praticiennes spécialisé·e·s en AVC ont reçu une formation pour dispenser des soins aux victimes d'AVC. Ils et elles travaillent en étroite collaboration avec le neurologue et les autres membres de l'équipe à la planification de vos soins.
- Les infirmiers praticiens et infirmières praticiennes vous expliquent votre plan de soins et les résultats des tests, répondent à vos questions et discutent avec vous et votre famille de vos préoccupations.

- Les infirmiers praticiens et infirmières praticiennes sont disponibles du lundi au vendredi de 8 h à 16.

Pharmacien·ne

- Habituellement, des médicaments sont nécessaires après un AVC. Le ou la pharmacien·ne aidera votre équipe à choisir les médicaments qui vous conviennent le mieux.
- Le ou la pharmacien·ne pourrait vous rencontrer, ainsi que vos proches, pour parler de vos médicaments, de leur fonctionnement et de leurs effets secondaires.
- Au moment de votre retour à la maison, on pourrait vous remettre un calendrier lié aux médicaments pour vous rappeler de prendre vos médicaments de la bonne façon et aux bons moments.

Diététiste

- Bien manger est important pour votre rétablissement. Il est parfois difficile de manger et de boire suffisamment après un accident vasculaire cérébral, car la déglutition (action d'avaler) peut être affectée. Le ou la diététiste vous aidera à trouver des moyens de vous nourrir suffisamment.
- Il peut être difficile d'avaler sans danger après votre AVC. Vous devrez peut-être utiliser une sonde d'alimentation (un tube qui passe par le nez et pénètre dans l'estomac) ou suivre un programme alimentaire comprenant des aliments et des boissons d'une certaine texture. Cela permet de réduire le risque d'étouffement et de pneumonie (infection des poumons). Si vos proches souhaitent vous apporter de la nourriture de la maison, ils doivent d'abord consulter l'équipe spécialisée dans les AVC.

Physiothérapeute

- Le ou la physiothérapeute vous aide à apprendre les meilleures façons possibles de bouger après votre AVC. Il ou elle commencera à travailler avec vous peu de temps après votre admission à l'hôpital. Il ou elle travaillera avec vous pour réentraîner votre jambe ou votre bras le plus faible sans réduire l'amplitude du mouvement et la force de votre côté le plus fort.
- Souvent, il faut réapprendre à faire des mouvements simples. Le ou la physiothérapeute pourrait vous apprendre comment :
 - › bouger dans le lit,
 - › vous asseoir et vous lever,
 - › vous déplacer du lit à une chaise,
 - › marcher.
- Le but de la physiothérapie est de vous aider à revenir le plus près possible du mouvement normal. Quand il n'est pas possible de faire les choses comme avant, le ou la physiothérapeute vous apprend de nouvelles façons de vous y prendre.
- Il ou elle fera aussi des recommandations de matériel et d'équipement et enseignera à vos personnes de soutien comment vous aider, au besoin.

Infirmiers et infirmières de soins aux patients

- Ces infirmiers et infirmières sont des spécialistes dans les soins infirmiers aux personnes ayant subi un AVC. Ils et elles mettent à contribution leurs compétences particulières pour surveiller tous les signes et symptômes de complications. Ils et elles contribuent à votre rétablissement à la suite d'un AVC et partagent de l'information avec les membres de l'équipe pour planifier de meilleurs soins pour vous.
- Les infirmiers et infirmières de soins aux patients vous fournissent aussi, ainsi qu'à vos proches, de l'enseignement et de l'encouragement. Ces infirmiers et infirmières vous aideront à mettre en pratique ce que vous avez appris dans le cadre de vos traitements afin de maximiser votre autonomie. Ils et elles vous aident à vous préparer à votre congé de l'hôpital. Les infirmiers et infirmières de soins aux patients sont disponibles 24 heures sur 24 pour répondre à vos questions et à celles de vos proches.

Infirmier ou infirmière responsable

L'infirmier ou infirmière responsable supervise les activités quotidiennes de l'unité. En travaillant avec votre équipe de soins, l'infirmier ou infirmière responsable planifie l'ensemble des soins et le déplacement des patients dans l'unité. Il ou elle est là pour aider le personnel et les patients.

Gestionnaire d'unité

- Le ou la gestionnaire est responsable de l'ensemble de la gestion de l'unité.
- Cette personne s'assure de la sécurité des patients et du personnel et veille au respect de leurs droits et responsabilités.
- Si vous avez des préoccupations au sujet de votre hospitalisation, n'hésitez pas à communiquer avec le ou la gestionnaire d'unité.

Ergothérapeute

- L'ergothérapeute travaillera avec vous pour favoriser votre retour à la vie quotidienne. Cela comprend le fait de vous occuper de vous-même, de vos proches et de votre demeure. L'ergothérapeute travaille avec vous à des moyens de devenir le plus autonome possible dans vos activités quotidiennes (comme vous laver, vous habiller, faire des repas et travailler). Ce que vous pourrez faire par vous-même dépendra de votre force, votre équilibre, votre vigilance et votre mémoire.
- Après votre AVC, on vous encouragera à vous occuper de vous-même au maximum et le plus rapidement possible. L'AVC pourrait avoir changé votre capacité de faire certaines choses par vous-même. L'ergothérapeute travaillera avec vous pour :
 - > améliorer votre autonomie;
 - > réentraîner votre jambe ou votre bras;
 - > vous enseigner différentes façons de faire les activités quotidiennes;
 - > détecter les changements au niveau de la pensée, de la mémoire, de la vision et de la compréhension;
 - > vous suggérer des appareils et de l'équipement pour rendre les choses plus faciles et plus sécuritaires à l'hôpital et à la maison.