






# Soyez prêt : urgences lors des soins palliatifs à domicile

## Un outil pour les patients et les soignants



Cet outil vous aide à connaître les mesures à prendre et les mots rassurants à utiliser si votre proche présente un déséquilibre du calcium dans le sang. Votre prestataire de soins de santé passera en revue les mesures à prendre avec vous.

Mesures à prendre	Mots réconfortants
<p><b>S'hydrater</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Boire des liquides peut aider à réduire le taux de calcium dans le sang et à prévenir les calculs rénaux douloureux.</li> <li>• Prenez régulièrement de petites gorgées toutes les 10 à 15 minutes.</li> <li>• Essayez les boissons aromatisées, comme les tisanes ou l'eau infusée aux fruits. Les morceaux de glace ou les sucettes glacées sont un bon moyen d'augmenter subtilement l'apport en liquide.</li> </ul> <p><i>Remarque : En cas de problèmes cardiaques ou rénaux, n'oubliez pas de vous renseigner sur les restrictions éventuelles.</i></p> 	<p>« Il est important d'essayer de boire pour rester hydraté. Cela diminuera le taux de calcium dans ton sang et t'aidera à te sentir mieux. »</p>
<p><b>Faire de petites promenades ou des exercices simples</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Si possible, faites de courtes promenades ou essayez de faire des exercices simples au lit.</li> <li>• Des exercices simples de port de poids (fournis par l'équipe soignante) peuvent être effectués pour aider à prévenir les fractures osseuses.</li> </ul> <p><i>Note : L'hypercalcémie peut entraîner une confusion et une faiblesse musculaire. Veillez à ce que l'espace de vie soit libre de tout obstacle afin de réduire le risque de chute.</i></p> 	<p>« Essayons de faire quelques exercices faciles ou une petite promenade. Cela t'aidera à te sentir mieux. »</p> <p>« Faisons un peu d'activité à la fois. Cela aidera à te renforcer et à renforcer tes os. »</p>
<p><b>Administrer des médicaments</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les médicaments peuvent aider à soulager la douleur, la constipation ou les nausées. L'infirmière expliquera comment et quand les donner.</li> <li>• Surveillez les effets secondaires des médicaments et faites part de vos préoccupations à l'équipe soignante.</li> </ul> 	<p>« Ce médicament va t'aider. L'infirmière m'a montré comment l'administrer. »</p> <p>« Dis-moi comment tu te sens... »</p>
<p><b>Rester calme et apporter du réconfort</b></p> <p>Aidez à gérer les symptômes en proposant des compresses froides en cas de nausées, en massant les muscles endoloris ou en créant un environnement calme et apaisant.</p> 	<p>« Je suis là avec toi » ou</p> <p>« Je serai là quand tu auras besoin de moi. »</p> <p>« Nous prenons soin de toi. »</p> <p>« Je vais faire en sorte que tu sois confortable. »</p>
<p><b>Connaître les signes et les symptômes</b></p> <p>Informez l'équipe soignante si vous remarquez des signes et des symptômes. Elle peut organiser des examens complémentaires si elle estime qu'ils peuvent améliorer le confort du patient et prévenir d'autres problèmes physiques.</p> 	<p>« J'ai contacté l'équipe soignante. Elle est prête à nous aider. »</p>

**SI :**

- ✓ Si vous vous sentez dépassé et avez besoin d'aide.
- ✓ Si vous avez l'impression que votre proche ne se sent pas mieux après avoir essayé différentes stratégies.
- ✓ Si vous êtes inquiet concernant des symptômes.
- ✓ Si vous avez des questions sur quoi faire.



**Appelez votre équipe soignante**

Jour \_\_\_\_\_

Soir \_\_\_\_\_

Nuit \_\_\_\_\_

# 5 choses que vous devriez savoir sur l'hypercalcémie



## 1 Qu'est-ce que l'hypercalcémie (déséquilibre calcique)?

L'hypercalcémie signifie qu'il y a trop de calcium dans le sang.

## 2 Quelles sont les causes d'un déséquilibre calcique?

Un problème d'équilibre calcique peut survenir lorsque l'organisme introduit trop de calcium dans le sang, n'en élimine pas assez par les reins ou n'en stocke pas assez dans les os.

Certains types de cancers peuvent provoquer ce déséquilibre parce qu'ils produisent une substance (PTHrP) qui accélère la dégradation des os ou des tumeurs qui se développent dans les os, provoquant la libération de calcium.

## 3 Quels sont les signes à rechercher?

Les signes d'un déséquilibre calcique sont les suivants :

- Une fatigue inhabituelle.
- Sensations de nausée, voire de vomissement, et constipation.
- Sensation de soif et envie d'aller aux toilettes plus souvent.
- Des moments de confusion ou d'incapacité à se concentrer.
- Les muscles peuvent sembler plus faibles, ce qui rend les mouvements plus difficiles.
- Douleur inhabituelle ou durable dans les os.

## 4 Comment traiter un déséquilibre calcique dans le sang?

Une analyse de sang montrera s'il y a un déséquilibre de calcium dans le sang. Les médicaments aident à maintenir le calcium dans les os ou à l'éliminer de la circulation sanguine, et des gestes simples comme boire et bouger peuvent également aider.

Si la mort est proche, vous pouvez décider de ne pas suivre de traitement actif. Plusieurs mesures peuvent être prises pour améliorer le confort de la personne et soulager la douleur ou d'autres symptômes.

## 5 Quand dois-je appeler l'équipe soignante?

Lorsque vous aidez une personne souffrant d'hypercalcémie, soyez attentif à ces symptômes et à ces situations et communiquez-les immédiatement à l'équipe soignante :

- **Changements dans la façon de penser** : si la personne semble plus confuse ou distraite que d'habitude.
- **Problèmes musculaires** : si elle se sent plus faible ou si ses muscles ont des contractions ou des crampes.
- **Problèmes cardiaques** : toute douleur thoracique ou un rythme cardiaque trop rapide ou trop lent.
- **Problèmes d'estomac** : constipation importante, nausées ou vomissements.
- **Changements en matière d'élimination** : s'il va souvent aux toilettes, s'il boit plus d'eau que d'habitude ou s'il n'urine pas beaucoup.
- **Douleurs osseuses** : si elle se plaint d'avoir plus mal aux os qu'auparavant.
- **Inquiétudes liées à la prise de médicaments** : mauvaises réactions à ses médicaments ou confusion quant au moment de les administrer.
- **Se sentir trop fatigué** : si elle se sent soudainement beaucoup plus fatiguée ou paresseuse que d'habitude.
- **Problèmes liés à l'hydratation ou à l'alimentation** : si elle ne boit pas assez.
- **Problèmes après le traitement** : si elle se sent moins bien ou différemment après un traitement contre l'hypercalcémie.
- **Réapparition des symptômes** : si la situation semblait s'être améliorée, mais que les signes d'hypercalcémie réapparaissent ou s'intensifient.