

vendredi 08 juillet 2016 | par [Auxiliadom](#)

10 conseils clés pour le maintien à domicile des personnages âgées pendant les vacances

Partez en vacances l'esprit tranquille grâce aux 10 conseils d'auxiliaires de vie spécialisées dans la prise en charge de personnes âgées.

La gestion des clés

La gestion des clés est l'une des principales problématiques puisque les personnes âgées peuvent avoir des soucis de mémoire et se retrouver enfermées chez elles ou ne plus pouvoir rentrer à la maison si elles se trouvent à l'extérieur. Pour éviter tout problème, les proches peuvent réaliser un double et le remettre à une personne de confiance, dans le voisinage immédiat. Une boîte à clé peut également être installée pour limiter les risques de perte.

Faire des provisions de marchandises lourdes

En faisant des provisions de marchandises lourdes avant le départ - packs d'eau, boîtes de conserves, lessive, sac de croquettes pour animaux etc. - les familles faciliteront grandement le quotidien de leur proche âgé qui n'aura pas besoin de porter des poids lourds.

Faciliter la mobilité

Une personne âgée peut facilement trébucher et si l'intérieur est encombré, il est important de prendre la précaution de désencombrer l'espace pour faciliter la circulation au quotidien.

La téléassistance

En cas d'autonomie limitée, les familles qui souhaitent apporter un maximum de sécurité à leur proche peuvent faire appel à une téléassistance ponctuelle.

Les contacts importants

En cas d'urgence et dans la panique, il est parfois difficile de mettre la main sur les numéros de téléphone importants. Les familles ne pensent pas toujours non plus à laisser les coordonnées de leur lieu de vacances. Une fiche synthétique avec les numéros importants (enfants, petits-enfants, voisins, médecins...) est donc très importante.

Les documents médicaux

Il est également important de préparer un dossier médical comportant les documents clés : ordonnances, carte vitale, carte de mutuelle. Ce dossier précisera également les éventuelles pathologies, allergies et résumera la médication suivie. Le patient pourra ainsi être pris en charge plus rapidement par les secours en cas de problème.

Les animaux domestiques

Lorsque le proche possède un animal domestique, les familles doivent penser à s'assurer de la bonne gestion de sa prise en charge quotidienne : changement de litière, sortie du chien etc. Celle-ci peut être réalisée par la personne âgée, par un voisin ou par un service spécialisé.

Conseils canicule

En cas de canicule, il est essentiel de prodiguer les conseils d'usage, en les listant sur une feuille de papier et en les disposant bien en vue : fermeture des volets la journée, hydratation régulière etc. Les personnes âgées sont plus fragiles vis-à-vis de la déshydratation car elles ressentent moins la sensation de soif, c'est pourtant la première cause de leur hospitalisation.

Gestion de l'hygiène

La propreté de l'habitat, l'entretien du linge et l'hygiène, de façon plus large, sont essentiels au confort de la personne âgée et fragile. Un nettoyage préventif par la famille ou le passage d'une femme de ménage doit être anticipé.

Accompagnement quotidien

Si la personne âgée vit dans un endroit isolé ou si elle est dépendante, elle aura besoin d'aide au quotidien. Les familles peuvent alors décider de faire appel à des bénévoles, ou à une agence de maintien à domicile ou de portage de repas pour s'assurer du suivi de leur proche dépendant.