

Elma HARO

journaliste

## Alzheimer : des thérapies non médicamenteuses « personnalisées » pour atténuer les troubles du comportement

Gérontopsychiatre et directeur de l'Ehpad le Domaine de la source à Roquefort-la-Bédoule près de Marseille, Thierry Bautrant prône le recours aux thérapies non médicamenteuses personnalisées « pour prendre en charge les troubles du comportement associés à la maladie d'Alzheimer ». Décryptage.

### Quelle est votre démarche ?

Les thérapies non médicamenteuses « personnalisées » (TNMP) sont une stratégie thérapeutique de prise en charge des troubles du comportement associés à la maladie. Opposition, déambulation, cris... angoissants pour les personnes elles-mêmes, ces troubles sont générateurs d'épuisement, des aidants comme des professionnels en Ehpad. Or certaines approches non médicamenteuses, à condition qu'elles soient personnalisées, permettent d'apaiser ces troubles, voire de réduire la prescription de psychotropes.

L'idée c'est de prendre appui sur différentes techniques en les adaptant à chaque résident : réminiscence, thérapie d'orientation à la réalité (lumières et musiques apaisantes, tenues du personnel différentes pour le jour et la nuit, etc.), méthode Montessori ou encore thérapie par les sens. Mais attention, nous sommes bien dans une démarche thérapeutique, et donc individualisée – pas dans du collectif, de l'animation...

Personnaliser ces approches, c'est les adapter à la personne, à son histoire, ses goûts, ses troubles et leur cause. Ainsi dans un espace Snoezelen, il ne faut pas diffuser n'importe quelle odeur : si un résident aime la lavande, il faut l'utiliser. Autre exemple : inciter un résident ancien concertiste à jouer une pièce de Liszt pourra l'apaiser, cela n'a pas de sens s'il ne sait plus jouer qu'*Au clair de la lune*. Cela se travaille dès l'entrée des résidents, en prenant appui sur le projet de vie, en équipe soignante via des réunions régulières – les observations de chacun permettant d'identifier l'origine des troubles (ex. : une anxiété vespérale, une angoisse de la séparation) et la stratégie thérapeutique individuelle ad hoc.

### Vous pilotez à ce propos à une expérimentation de PASA de nuit. C'est-à-dire ?

Ces PASA de nuit ne sont pas de locaux où auraient lieu des activités nocturnes : il s'agit de mettre en place, dans tout l'Ehpad, un environnement

globalement apaisant et d'y associer des TNMP en réponse aux éventuels troubles du comportement de chacun. Au total, 21 Ehpad de la région PACA, dont celui que je dirige, ont démarré l'expérimentation en janvier 2018. Sur deux ans, chacun s'est vu attribuer par l'ARS 200 000 €, permettant de financer un poste d'ASG ou d'AMP la nuit et 0,25 % de temps d'ergothérapeute. Au vu de premiers retours encourageants, ce dispositif vient d'être prorogé d'un an, et l'ARS a lancé en avril un nouvel appel à projets pour l'expérimenter dans 15 à 20 autres Ehpad.

L'évaluation associe des critères d'efficacité subjectifs issus du retour des soignants sur l'évolution des troubles, et des critères de mesure des troubles à l'aide d'échelles scientifiques. Les premières données suggèrent que la réorientation thérapeutique et la thérapie par les sens sont les thérapies les plus utilisées — peut-être car plus faciles à mettre en place — mais que les soignants perçoivent comme les plus efficaces la méthode Montessori, suivie par la réorientation thérapie.

### Mais n'est-ce pas difficile à mettre en place ?

Le gros problème, c'est le turn-over important en Ehpad, qui est l'ennemi juré des TNMP. Mais ce n'est pas forcément un obstacle ! Car la mise en place de TNMP a aussi un impact positif sur les équipes, qui contribue à diminuer ce turn-over. Car les TNMP, synonyme d'apaisement des troubles du comportement des résidents permettent dans le même temps de réduire l'épuisement des équipes... et de retrouver du sens, la possibilité d'être dans l'accompagnement. Les soignants sont/redeviennent acteurs du projet thérapeutique, les observations notamment des aides-soignants, étant en effet essentielles pour définir ensemble les stratégies thérapeutiques adaptées.

### Quelles sont les conditions pour que cela fonctionne ?

Il faut des soignants formés et investis, car si les TNMP sont individualisées, leur mise en place nécessite un collectif soignant. Il faut au minimum

une réunion d'équipe hebdomadaire. Il faut aussi une cohérence entre équipes de jour et de nuit, et donc des personnels de jour qui puissent « tenir les TNMP mises en place la nuit - chez nous, la psychomotricienne reste ainsi une fois par semaine jusque 21 heures pour faire le lien avec l'équipe de nuit. Sur le plan de l'espace géographique, il faut des outils type espace Snoezelen, des espaces de circulation sans obstacle (grands couloirs, patios...) et un environnement de nuit bienveillant permettant de lutter contre l'angoisse vespérale. Au final, hors peut-être se doter d'un espace Snoezelen, ces TNMP sont relativement peu coûteuses.

### Vous évoquez la formation. Par quel(s) biais ?

Les équipes soignantes des 21 Ehpad de l'expérimentation PASA de nuit ont été formées sur site et ont eu deux demi-journées de formation commune. Après... il a fallu une petite année pour qu'elles s'approprient la démarche. Mais à cet égard, les réunions d'équipe hebdomadaires ont un côté formation continue. En si une formation de base est nécessaire, l'essentiel, c'est l'état d'esprit, le mode de fonctionnement — il faut que tous soient impliqués.

Accompagné de médecins experts, je viens par ailleurs de créer un Institut pour la promotion des TNMP (I-TNMP). Nous développons une offre de formation qualifiante pour les équipes d'Ehpad — via conférence du soir (environ 1000 €), formation sur site (environ 1000 €), et possibilité, pour médecin coordonnateur, infirmière coordinatrice et psychologue, d'assister à des réunions d'équipe d'Ehpad déjà engagés dans la démarche. Nous avons aussi une offre de certification, dont le coût varie selon que la demande émane d'un seul Ehpad ou d'un groupe (entre 4000 et 7000 € par an), synonyme notamment de formation initiale des équipes suivie d'un accompagnement de la structure (en téléconférence). ■

### EN SAVOIR PLUS :

Site internet du dr. Bautrant :  
[www.docteur-thierry-bautrant.fr/](http://www.docteur-thierry-bautrant.fr/)

Jean-Charles PIC

directeur de l'Ehpad les Heures Claires, Saint-Laurent-du-Var (06)

## La TNMP aux Heures Claires

**Président de la FNADEPA des Alpes-Maritimes, Jean-Charles Pic est directeur de l'Ehpad les Heures Claires (40 lits) à Saint-Laurent-du-Var. Il a décidé d'y appliquer la démarche TNMP. Avec succès, tant pour les résidents que pour l'équipe. Son établissement est désormais en bonne voie d'être certifié. Présentation par Jean-Charles Pic.**

Avec mon équipe, nous considérons déjà les troubles psychocomportementaux comme l'expression d'un besoin auquel nous devons nous efforcer de répondre. Nous nous sommes intéressés à plusieurs démarches non médicamenteuses, mais elles nous semblaient incomplètes ou dogmatiques. Faisant part de ce constat à un partenaire, il m'a présenté le docteur Bautrant. J'ai découvert une approche qui correspond à nos valeurs et à notre façon d'aborder le soin.

### La mise en place dans l'établissement

Nous avons commencé la démarche il y a un an environ. La psychologue, l'IDEC, le médecin coordonnateur et moi-même nous avons d'abord assisté à une réunion TNMP dans l'établissement du docteur Bautrant et nous avons suivi une formation avec lui. Le personnel soignant, quant à lui, doit suivre d'autres formations, retardées par la crise sanitaire. Le docteur Bautrant est ensuite venu faire une conférence dans notre établissement, en présence des familles et de tout le personnel.

Depuis, l'équipe soignante se réunit autour de la psychologue pour travailler sur chacun des cas à traiter toutes les semaines. Ils cherchent collectivement les thérapies à mettre en place. Une

psychologue les guide. Elle leur fournit plusieurs TNM possibles; le groupe trouvera ensuite celle qui s'adaptera le mieux à la personne concernée. Maintenant, les équipes attendent avec impatience la réunion TNMP et préparent en amont leurs propositions thérapeutiques. La psychologue veille à revenir sur chacun des cas pour vérifier l'effet bénéfique du traitement ou bien s'il nécessite d'être adapté.

### Les effets sur les résidents

Lors des premiers comptes-rendus de réunion, Marion Moreau, notre psychologue, m'a parlé du cas d'une résidente, chez nous depuis plusieurs années, qui refusait qu'on lui touche les cheveux. Impossible pour elle d'aller chez le coiffeur ou même de se laisser laver les cheveux. Nous avons cherché mille solutions, en vain. Marion me présente la thérapie mise en place suite aux réunions TNMP. Je me souviens de ma réaction méfiante : «*Et alors?*». Réponse de Marion : «*Et alors ça marche!*».

Une autre résidente, très anxieuse, exprime sa détresse et son ennui quand elle ne fait rien. L'évidence était de mettre en place des activités pour l'occuper. Mais pas si simple. Toute sa vie,

le travail a été sa valeur première. Il a donc fallu mettre en place des activités qui ne la mettaient pas en échec et surtout étaient utiles à ses yeux. C'était ça, le plus important.

Cette adaptation constante aux besoins du résident est caractérisée par une co-construction de la relation entre le résident et l'équipe. Elle recentre naturellement le résident au sein du dispositif de soin et plus largement de l'institution. La démarche structure notre approche des troubles comportementaux. Les équipes ont désormais le réflexe : comprendre le trouble et son origine puis trouver la thérapie adaptée.

Lors du confinement, la démarche TNMP a été capitale pour faire face à l'angoisse des résidents et pour éviter les syndromes de glissement. Nos réunions nous ont aidés à réagir vite et à nous adapter aux changements de comportements.

### **L'impact sur l'équipe**

Notre personnel est resté stable durant toute la durée de mise en place de la TNMP. Nous

n'avons pas le recul nécessaire pour établir un lien significatif, mais durant ces mois de crise sanitaire, notre personnel a été présent. La démarche TNMP donne du sens au travail des aidants professionnels et permet de lutter contre leur épuisement en réduisant les troubles du comportement de nos résidents. En plus de sa fonction d'améliorer la qualité des soins, la TNMP est pour nous un moyen d'améliorer la qualité de vie au travail et de prévenir les risques psychosociaux.

### **Vers la certification**

Nous avons pour objectif de devenir centre expert TNMP, comme l'établissement du dr Bautrand. Notre Ehpad est donc le premier établissement à suivre la démarche de certification de l'ITNMP. Nous sommes en bonne voie : les premiers contrôles nous confirment que nous répondons aux critères. Ainsi, les Heures Claires pourront accueillir les personnes en cours de formation à la démarche pour assister à nos réunions de travail TNMP. ■