

Vous avez la maladie de Parkinson? Il existe des ressources!

Il est parfois difficile de demander de l'aide. Vous constatez peut-être que vous ne faites plus les mêmes activités qu'avant et l'avenir vous inquiète. Si vous en avez besoin, vous pouvez obtenir de l'aide.



Que faire pour obtenir le meilleur soutien de votre équipe de soins de santé?

Informez-vous. Apprenez-en le plus possible sur la maladie de Parkinson. Appelez-nous ou visitez www.parkinson.ca pour obtenir de l'information à jour et fiable.

Consultez un groupe d'entraide de votre région afin de discuter de la façon dont d'autres personnes prennent en charge leur maladie et de l'aide qu'elles obtiennent de divers professionnels.

Avant de rendre visite à un membre de votre équipe de soins, dressez la liste de vos questions et de vos inquiétudes. Apportez un carnet pour noter ses conseils. Assurez-vous qu'il fera parvenir un rapport écrit à votre médecin de famille et à votre neurologue.

Établissez une bonne relation avec les membres de votre équipe. Obtenez l'aide nécessaire pour faire face à votre maladie. Permettez-leur d'apprendre avec vous comment maîtriser votre maladie.

Conservez une liste à jour de vos médicaments. Assurez-vous que chaque membre de votre équipe de soins de santé en possède une copie.

Consultez d'autres professionnels pour mieux planifier votre avenir!

Nous avons tous besoin de prévoir pour l'avenir, mais nous avons souvent tendance à remettre la planification financière et juridique à plus tard.

La planification financière à long terme devrait débuter le plus tôt possible. Consultez un spécialiste en planification de la retraite et en planification successorale. Examinez votre couverture d'assurance-maladie et d'assurance-vie afin de déterminer vos besoins à venir. Vérifiez si vous avez une assurance-invalidité à long terme. Il se peut qu'elle ne couvre pas les traitements médicamenteux de longue durée. Apprenez comment protéger vos biens et conserver une bonne cote de crédit. Informez-vous auprès d'un comptable ou d'un fiscaliste pour optimiser vos déductions fiscales.



Assurez-vous d'avoir un testament et désignez un exécuteur testamentaire. Obtenez des conseils sur les documents juridiques nécessaires afin que l'on respecte vos vœux en matière de finances, de soins médicaux et de soins personnels si vous devenez handicapé.



La **Société Parkinson Canada** est un organisme national ayant des partenaires d'un océan à l'autre. Nous partageons une vision collective : d'offrir un appui aujourd'hui et de trouver une réponse pour demain par la recherche, l'éducation, la défense des intérêts et les services de soutien.

Pour plus d'information sur les programmes et les services offerts dans votre région, ou pour faire un don, communiquez avec:

Le contenu de ce document est présenté à titre informatif seulement et ne représente pas un conseil, une approbation ou une recommandation à l'égard des produits, des services et des entreprises, ni une déclaration et description des caractéristiques à leur sujet de la part de la Société Parkinson Canada.

Une des brochures produites par la



Parkinson Canada

PARKINSON CANADA
316-4211 Yonge Street
Toronto, ON
M2P 2A9

1-800-565-3000
www.parkinson.ca
info@parkinson.ca

ID#G/005/Fév13

Un appui aujourd'hui, une réponse demain

 Parkinson Canada

Parkinson: où obtenir l'aide dont vous avez besoin

Un appui aujourd'hui, une réponse demain



Vous venez d'apprendre que vous avez la maladie de Parkinson. Vous savez qu'elle ne se guérit pas, mais votre objectif à long terme est de maintenir votre qualité de vie en maîtrisant cette affection le mieux possible



Vous êtes responsable de votre santé. Toutefois, si vous avez besoin de conseils sur la maladie de Parkinson, il existe de nombreuses ressources dans votre communauté et des gens disposés à vous aider. **La Société de Parkinson** de votre région fait partie intégrante de votre équipe de soutien – voir les coordonnées des personnes-ressources locales qui figurent au verso de la présente brochure. Ces personnes peuvent vous aider à vous intégrer à un réseau d'entraide formé d'autres

personnes atteintes de la maladie de Parkinson.

La maladie de Parkinson évolue pendant de nombreuses années et à un rythme qui diffère d'une personne à l'autre. Divers professionnels de la santé peuvent jouer un rôle vital en vous aidant à maîtriser vos symptômes.

Établissez une relation soutenue avec les gens que vous aimez et en qui vous avez confiance. De préférence, ces personnes devraient avoir de l'expérience dans le traitement de la maladie de Parkinson.

Votre équipe médicale

■ **Le médecin de famille** – C'est la personne que vous verrez le plus souvent au fil des ans. Il prendra soin de votre santé en général, vous fera subir des examens physiques annuels et conservera tous vos dossiers médicaux. Il se peut qu'au début votre médecin n'en connaisse pas tellement sur votre maladie. Aussi, à mesure que vous en saurez davantage, en apprendra-t-il également sur le traitement de la maladie de Parkinson.



■ **Le neurologue** – C'est un spécialiste qui posera ou confirmera le diagnostic de la maladie de Parkinson, trouvera un traitement équilibré et ajustera régulièrement votre médication pour en assurer l'efficacité. Rendez-lui visite au moins deux fois l'an. Vous souhaitez sans doute consulter un neurologue spécialisé dans les désordres du mouvement.

■ **L'infirmier spécialiste de la maladie de Parkinson** – Vous aurez peut-être la chance d'être soigné par un spécialiste en désordres du mouvement qui travaille avec un infirmier spécialisé. Il sera en mesure de vous fournir mesure de vous fournir de l'information sur la manière de relever les défis quotidiens de la maladie de Parkinson et des conseils sur la façon de vous adapter aux changements de médication. L'infirmier sera un intermédiaire vital avec les autres membres de votre équipe de soins de santé et peut vous diriger vers l'aide dont vous avez besoin, au moment où vous en avez besoin.

■ **Le pharmacien** – Il s'agit d'un membre important de votre équipe. Ayez toujours recours à la même pharmacie et assurez-vous qu'elle conserve un dossier de tous vos médicaments. Votre pharmacien peut s'assurer que les médicaments en vente libre et les suppléments de vitamines n'ont pas d'interaction négative avec les médicaments qui vous sont prescrits. Il peut vous fournir de l'information sur les programmes provinciaux de remboursement des médicaments et sur la couverture d'assurance-maladie.

■ **Le psychiatre** – Il s'agit d'un spécialiste des troubles de santé mentale, comme la dépression, une affection courante chez les personnes atteintes de la maladie de Parkinson. Certains patients présentent des troubles, tels qu'hallucinations, paranoïa et autres symptômes qui nécessitent un traitement spécialisé.

■ **Autres professionnels de la santé** – Bon nombre de spécialistes s'occupent d'autres troubles médicaux. Par exemple, l'urologue est un spécialiste des troubles urinaires et de la dysfonction sexuelle masculine. Ces troubles peuvent découler de la maladie de Parkinson, du vieillissement ou de votre médication. Ne vous résignez pas à les accepter. Demandez de l'aide.

Autres membres de votre équipe

Si vous avez des inquiétudes, n'attendez pas. Des spécialistes sont là pour vous aider.

■ **Le physiothérapeute** – Ce spécialiste évalue vos troubles de mobilité, d'équilibre et de posture et vous recommande des activités sportives ou des programmes d'exercice au sein de votre communauté pour vous aider, en fonction de vos habiletés. Il peut aussi vous offrir des techniques pour vous déplacer en toute sécurité, surtout autour de votre domicile.

■ **L'ergothérapeute** – Ce spécialiste vous aide à résoudre vos troubles de mobilité au travail, dans vos activités de loisir et pour vos soins personnels. Il vous suggère du matériel à acheter (par ex., marchette) ou des changements que vous pouvez apporter à votre domicile (par ex., rampes et barres d'appui dans le bain). Ces conseils peuvent vous éviter des erreurs coûteuses et tiennent compte des achats déductibles du revenu imposable.

■ **L'orthophoniste** – Ce spécialiste trouve des moyens de vous aider à améliorer la projection de votre voix et à surmonter les troubles de déglutition et de contrôle de la salive.

■ **Le travailleur social ou le psychologue** – Ce spécialiste vous conseille sur les préoccupations émotives, financières et familiales qui sont reliées à la maladie de Parkinson. Il fournit des conseils individuels ou familiaux sur la manière de s'adapter aux changements que suscite la maladie de Parkinson dans votre vie. Le travailleur social sait comment avoir accès aux ressources de la communauté et trouver le programme d'aide financière répondant à vos besoins.

■ **Le diététicien** – Ce spécialiste vous conseille sur la manière de planifier un régime sain et de maintenir le bon poids. Il vous montrera comment ajouter suffisamment de fibres et de liquides à votre menu. Vous pouvez aussi obtenir des conseils pour ménager votre énergie lorsque vous préparez vos repas. Il peut aussi vous conseiller sur l'interaction entre les aliments et votre médication.

