

# Qu'est-ce qu'un délire?

## French

### Informations sur les signes de délire et les mesures à prendre

Ce dépliant vous est remis parce que vous présentez un risque élevé de délire, ou vous souffrez actuellement d'un délire, ou vous avez un proche qui a eu un délire.

#### Qu'est-ce qu'un délire ?

Le délire est une maladie courante. Les personnes atteintes de délire peuvent avoir du mal à penser, avoir des problèmes de mémoire, se sentir effrayées ou bouleversées, elles peuvent voir ou entendre des choses qui n'existent pas. Ces symptômes peuvent durer des heures ou des jours mais ce n'est pas une maladie permanente.

#### Quelles sont les causes d'un délire ?

De nombreuses choses peuvent provoquer un délire chez une personne. L'on parle de maladies sous-jacentes. Il peut s'agir par exemple de douleurs, d'infections, du fait de ne pas manger ou boire suffisamment, de constipation, ou d'effets secondaires dus à la prise de médicaments.

## Qu'est-ce qui peut développer un délire ?

Un délire peut survenir partout, à l'hôpital, dans un établissement pour personnes âgées dépendantes, ou à la maison. Le délire est plus fréquent chez les personnes des catégories suivantes :

- Personnes de plus de 65 ans
- Personnes ayant souffert de troubles cognitifs, ou de démence ou ayant présenté un délire précédemment
- Personnes ayant été opérées récemment, par exemple pour une fracture de la hanche
- Personnes ayant de nombreux problèmes de santé ou avec une perte de la vue ou de l'ouïe.

## Comment repérer un délire ?

Pour réduire l'impact d'un délire, il est important de repérer **le plus tôt possible** les signes indiquant qu'une personne développe un délire.

Le comportement d'une personne atteinte de délire change rapidement au fil des heures et des jours. Si vous remarquez un des signes ci-dessous, parlez-en à **un médecin ou à une infirmière**, en particulier si la personne

- est agitée et ne tient pas en place
- est renfermée et somnolente
- ne sait plus où elle se trouve
- ne reconnaît pas les amis et la famille
- n'est pas en mesure de mener une conversation
- voit ou entend des choses qui n'existent pas ou se méfie des personnes autour d'elle.

## Comment aider quelqu'un qui présente un délire

Les choses suivantes peuvent aider une personne atteinte de délire.

-  Encourager la personne à manger régulièrement, en petite quantité et souvent, si elle ne prend pas 3 repas par jour.
-  Encourager la personne à boire 6-8 verres par jour
-  Encourager la personne à porter ses lunettes et son appareil auditif si elle en a
-  Encourager la personne à faire de l'exercice physique et à sortir du lit
-  S'assurer que la personne dort bien la nuit
-  Encourager la personne à aller aux toilettes régulièrement pour éviter la constipation
-  Demander au médecin ou au pharmacien de vérifier si la personne prend plusieurs médicaments ou si elle a des douleurs
-  Expliquer à la personne où elle se trouve, si elle est dans un endroit non familier, noter les choses pour l'aider à se les rappeler
-  Utilisez des choses que la personne connaît comme des photos pour discuter avec elle.  
Encouragez la personne à participer à des activités ou des passe-temps qu'elle aime
-  Utilisez les horloges et les journaux pour que la personne ait une notion de l'heure et de la date.

## Rétablissement

La plupart des personnes se rétablissent. Au fur et à mesure du traitement de la maladie sous-jacente, la personne revient lentement à son état normal.

Elle peut avoir du mal avec les choses du quotidien pendant plusieurs jours ou semaines.

Une personne qui a eu un délire est susceptible d'en développer un autre. Veillez à faire les choses citées dans la liste ci-dessus pour réduire le risque d'un autre délire. N'oubliez pas **d'informer un médecin ou une infirmière** si vous repérez des signes de délire.

Certaines personnes ont des symptômes qui ne disparaissent jamais. Si les problèmes cognitifs ou de mémoire persistent après plusieurs mois, parlez-en avec un médecin ou une infirmière.

## Autres informations

- **Dementia United** dispose d'une version plus longue de cette notice, accessible via le site Internet. [dementia-united.org.uk/delirium-toolkit-training-resources/](https://dementia-united.org.uk/delirium-toolkit-training-resources/)

Les organisations qui soutiennent les personnes atteintes de délire aident également les personnes souffrant de démence pour lesquelles le risque de développer un délire est plus élevé

- **Age UK**: Informations et ressources sur la fragilité et le délire: <https://www.ageuk.org.uk/our-impact/policy-research/frailty-in-older-people/common-conditions-frailty/> Vous pouvez également appeler Age UK au: **0800 678 1602**
- **Dementia UK**: Dementia UK fournit un soutien spécialisé aux familles dont un membre souffre de démence. Une brochure sur le délire est téléchargeable sur leur site: [dementiauk.org](https://dementiauk.org). Une ligne d'appel est également disponible : **0800 888 667**

## Pour nous contacter

- **Email** : [gmhscp.dementiaunited@nhs.net](mailto:gmhscp.dementiaunited@nhs.net)
- **Site Internet** : [dementia-united.org.uk](https://dementia-united.org.uk)