



UNIVERSITY OF OTTAWA  
HEART INSTITUTE  
INSTITUT DE CARDIOLOGIE  
DE L'UNIVERSITÉ D'OTTAWA

# COMPOSER AVEC LE DÉLIRIUM À L'HÔPITAL

UN GUIDE POUR LES AIDANTS ET LES FAMILLES



## Qu'est-ce que le délirium?

Le délirium est un état de confusion soudaine. Souvent, les personnes qui en souffrent :

- Sont confuses
- Ont du mal à se concentrer
- Ne comprennent pas ce qui se passe

Le délirium n'est pas la même chose que la démence.

**Le délirium** est généralement temporaire. Il dure de quelques heures à plusieurs jours et survient soudainement. Sa cause est habituellement réversible et les symptômes peuvent resurgir tout au long de la maladie.

**La démence** est une affection permanente qui évolue lentement et qui s'aggrave graduellement au fil des mois et des années.

## Le délirium est-il courant?

Le délirium est courant chez les personnes hospitalisées, surtout à l'unité de soins intensifs et après une opération au cœur.

Jusqu'à la moitié des personnes hospitalisées pour leur cœur se retrouvent en état de délirium à un moment ou un autre de leur séjour. Aux soins intensifs, c'est jusqu'à deux personnes sur trois.

Le délirium peut aussi survenir à la maison, avant une hospitalisation, mais c'est plus rare.

## Quels sont les symptômes?

Les symptômes varient d'une personne et d'un moment de la journée à l'autre. Ils comprennent :

- Ne pas savoir où on se trouve, pourquoi on est à l'hôpital ou quel jour on est
- Avoir du mal à suivre les conversations ou les instructions
- Tenir des propos bizarres ou inappropriés
- Être plus distrait ou distraite qu'à l'habitude
- Entendre ou voir des choses qui n'existent pas

- Changer d'habitudes de sommeil ou d'alimentation (ex. dormir le jour au lieu de la nuit)
- Agir différemment (ex. silence/repli sur soi ou agitation/parler plus fort que d'habitude)
- Manifester plus de stress, d'anxiété ou d'agitation

Par nature, le délirium fluctue. Les épisodes de confusion peuvent être entrecoupés de moments où la personne retrouve sa lucidité et ses capacités cognitives.

## Quelles sont les causes?

Le délirium vient d'un changement dans le fonctionnement du cerveau qui peut être provoqué par différentes choses :

- Maladie (ex. insuffisance cardiaque) ou infection (ex. infection urinaire ou pulmonaire)
- Opération ou intervention qui perturbe temporairement l'apport en sang dans le cerveau
- Effets de certains médicaments et de l'anesthésie
- Sevrage de la nicotine, de l'alcool ou d'autres drogues

La fièvre, la douleur extrême, le manque de sommeil, la déshydratation, la malnutrition et la constipation peuvent aggraver le délirium.

## Quels sont les facteurs de risque?

Les facteurs suivants augmentent le risque de délirium :

- Avoir plus de 65 ans
- Antécédents de déficit cognitif, démence ou dépression
- Antécédents de délirium
- Présenter plus d'un problème de santé grave



Sous l'effet du délirium, une personne peut manifester des comportements ou des traits de personnalité qui ne lui ressemblent pas. Il est important de se rappeler que rien de tout cela n'est volontaire.

## Comment traite-t-on le délirium?

On agit sur le délirium en traitant les causes sous-jacentes et en soulageant les symptômes. Différentes mesures sont mises en place pour assurer le confort et la sécurité des patients. En cas de grande détresse ou agitation, on peut prescrire des médicaments.

## Comment aider une personne en état de délirium

Il y a plusieurs choses que vous pouvez faire pour aider une personne en état de délirium lors d'une visite à l'hôpital.

Votre soutien pendant et après l'épisode aidera votre proche à se rétablir et réduira sa détresse. De votre côté, vous aurez un plus grand sentiment de contrôle dans une situation imprévisible.

Informez-vous de l'état de votre proche auprès de son infirmière avant votre visite. Si la personne a eu une nuit difficile, il se peut qu'elle ait besoin de repos avant de recevoir sa famille.



# Donner du soutien pendant le délirium

## 1. Bien communiquer

- Parlez d'une voix douce, calme et rassurante. Utilisez des mots et des phrases simples.
- Une personne en état de délirium ne reconnaît pas toujours ses proches ou les autres personnes importantes dans sa vie. Aidez-la en lui rappelant qui vous êtes. N'oubliez pas que ses trous de mémoire sont dus au délirium.
- Rappelez-lui régulièrement où elle se trouve et pourquoi, ainsi que la date et l'heure.
- Si elle dit des choses qui ne sont pas vraies, ne la contredisez pas, car elle y croit vraiment. Il est plus utile de la rassurer et d'être à l'écoute de ses émotions.
- Si elle est confuse ou fait une fixation sur des choses qui la perturbent, changez de sujet. Commencez par valider son émotion (ex. « Je sais que ça te fait peur/te fâche »), expliquez comment la situation est gérée et encouragez-la à parler d'autre chose (ex. famille ou champs d'intérêt).

## 2. Créer un environnement familial et rassurant

- Apportez les choses dont la personne a besoin pour interagir et s'orienter : lunettes, dentier, appareils auditifs, etc.
- Décorez sa chambre avec des affiches, photos de famille et autres objets familiers qui lui rappelleront la maison (faites d'abord autoriser les objets par le personnel soignant).

## 3. Rassurer et reconforter

- Asseyez-vous près de la personne pour la calmer. Offrez-lui un contact physique, comme un câlin ou lui prendre la main. Parlez-lui de sujets familiers (famille, amis, etc.).
- Dites-lui qu'elle est en sécurité et que le personnel soignant et vous êtes là pour l'aider à se rétablir.

## 4. Demander l'aide de l'équipe soignante

- Si la personne essaie de se lever, appelez l'équipe soignante. Ne l'aidez pas vous-même, car vous pourriez hausser le risque de chute et compromettre la guérison des plaies.
- Signalez tout nouveau changement de comportement à l'équipe soignante.

## Donner du soutien après le délirium

1. Ne revenez pas sur ce que la personne a dit ou fait pendant un épisode de délirium, car cela pourrait la gêner ou lui faire peur.
2. Expliquez-lui que le délirium est un problème médical et que ce qu'elle a dit ou fait sous son influence n'est pas le reflet de sa personnalité.
3. Si elle a du mal à départager le vrai du faux dans ses souvenirs, offrez-lui gentiment de lui dire ce qui s'est vraiment passé.
4. Proposez-lui des techniques pour s'ancrer dans le moment présent et réduire la détresse émotionnelle, comme l'exercice 5-4-3-2-1 : nommer 5 choses qu'elle peut voir, 4 choses qu'elle peut toucher, 3 choses qu'elle peut entendre, 2 choses qu'elle peut sentir et 1 chose qu'elle peut goûter.
5. Encouragez-la à poser des questions et à demander des explications à son équipe soignante.

Notre priorité est de veiller à la sécurité et au bien-être des patients jusqu'à leur sortie de l'hôpital. Une fois la personne rentrée à la maison, il est important pour les proches de rester à l'affût des signes de délirium, car les symptômes peuvent réapparaître.



Si une personne présente des symptômes de délirium à domicile, y compris après une hospitalisation, suivez les conseils dans cette brochure et informez immédiatement son médecin ou tout autre professionnel de santé qui participe à ses soins.

Si ce n'est pas possible, songez à consulter en urgence, surtout si les symptômes s'aggravent et que la personne n'est pas capable de s'occuper d'elle-même en toute sécurité.

## Renseignements additionnels sur le délirium

Si vous avez besoin d'aide additionnelle par rapport au délirium lors du séjour d'un proche à l'Institut de cardiologie de l'Université d'Ottawa, adressez-vous au personnel soignant.

### Pour aller plus loin :

- Coalition canadienne pour la santé mentale des personnes âgées (EN | FR) :  
[ccsmh.ca/domaines-dinteret/delirium](https://ccsmh.ca/domaines-dinteret/delirium)
- American Delirium Society (EN) :  
[americandeliriumsociety.org](https://americandeliriumsociety.org)
- Critical Illness, Brain Dysfunction, and Survivorship Center (EN) :  
[icudelirium.org](https://icudelirium.org)
- Regional Geriatric Program of Toronto (EN) :  
[rgptoronto.ca/resource/guidance-on-delirium-care-for-older-adults-in-the-community](https://rgptoronto.ca/resource/guidance-on-delirium-care-for-older-adults-in-the-community)
- Association des médecins psychiatres du Québec (FR) :  
[ampq.org/info-maladie/delirium](https://ampq.org/info-maladie/delirium)
- Centre hospitalier de l'Université de Montréal (EN | FR) :  
[chumontreal.qc.ca/fiches-sante/delirium-information-proches](https://chumontreal.qc.ca/fiches-sante/delirium-information-proches)



**40, RUE RUSKIN • OTTAWA • ONTARIO • K1Y 4W7 • CANADA**  
**OTTAWAHEART.CA/FR**