

Palliative FLASH [©]

Soins palliatifs au quotidien

L'alimentation en soins palliatifs : un art pour le plaisir de manger Le point de vue du cuisinier

- Stimuler les boissons en évitant le lait (malabsorption du lactose), café, boissons gazeuses
- Proposer des légumes tels que pommes de terre et carottes
- Eviter les flatulents (choux, pois, haricots) et les irritants (épices, ail, oignon)
- Affections de la bouche
 - Eviter les aliments acides (vinaigre, citron, orange)
 - Préférer les aliments tendres (viande hachée, mousses)
 - Consommer des préparations froides (yaourts, frappés, purées de fruits, flans)
 - Adoucir une saveur trop prononcée par du lait, crème ou beurre
 - Modifier la texture
- Modification des goûts (dysgueusie)
 - Ajouter de la saveur aux mets à l'aide d'épices, herbes, fromage râpé
 - Refroidir les aliments qui normalement se consomment chauds, le sel perdant 45% de sa saveur en se refroidissant

Conclusion : Les enjeux de l'alimentation en soins palliatifs sont multiples et pas toujours faciles à concilier. Ils posent le défi de faire côtoyer des mets personnalisés, goûteux, plaisants, servis au bon moment et à bonne température, tout en conservant la maîtrise des coûts de production. Cela impose au cuisinier des connaissances en diététique, une disponibilité à l'égard des problèmes du patient, de la créativité et surtout une grande capacité d'adaptation.

Ressources en soins palliatifs dans le canton de Vaud Equipes mobiles de soins palliatifs (EMSP)

EMSP Nord – Broye : Tél.: 079.749.37.39 ; E-mail: emsp@rezonord.net
 EMSP Arc (Ouest) : Tél.: 079 783 23 56 ; E-mail: aubspal@ehc.vd.ch
 EMSP Arcos (Centre) : Tél.: 021 314 16 01 ; E-mail : emsp@chuv.ch ; Internet: www.arcosvd.ch
 EMSP Ascor – FSC (Est) : Tél.: 079 366 96 86 ; E-mail: emspsoinspal@bluewin.ch
 Internet: www.reseau-ascor.ch
 EMSP intra-hospitalière, service de soins palliatifs CHUV : Tél.: 021 314 02 88 ;
 E-mail : soins.palliatifs@chuv.ch, Internet : www.chuv.ch
 EHC Hôpital d'Aubonne : Tél.: 021 821 41 11; E-mail: Karine.moynier@ehc.vd.ch
 EHNV - Site Chamblon : Tél.: 024 447 11 11 ; E-mail: maurice.baechler@ehnv.ch ;
 EHNV- Site Orbe : Tél.: 024 442 61 11 ; E-mail: jose.arm@ehnv.ch ;
 Internet: www.ehmv.ch
 Equipe pédiatrique cantonale de soins palliatifs et de soutien DMCP- CHUV : 1011 Lausanne ;
 Tél.: 079 556 13 32 ; E-mail: patricia.fahrni-nater@chuv.ch
 Fondation Rive Neuve : Tél.: 021 967 16 16 ;
 E-mail: josiane.pralong@riveneuve.ch ; michel.petermann@riveneuve.ch
 Internet: www.rive-neuve.ch
 Hôpital de Lavaux, Unité de soins palliatifs : Tél.: 021 799 01 11 ;
 E-mail: gerard.pralong@hopitaldelavaux.ch
 Hôpital Riviera Site de Mottex Soins Palliatifs : Tél.: 021 943 94 11 ; E-mail: reception.mottex@hopital-riviera.ch

Veuillez plier le long de cette ligne

Quiz

Au menu :

Mousse d'avocat

Purée de carotte

Quenelles de viande

Sauce aux câpres

Pommes en neige

Flan d'épinard

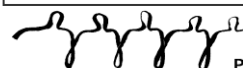
Crème de séré

Coulis de fruits rouges

Question : A quel type de patient répond le menu ci-dessus ?

Centre de Diffusion – Service de Soins Palliatifs – CHUV ; Tél.: 021 314 51 67
 E-mail : spl.diffusion-soinspalliatifs@chuv.ch

Accessible par exemple sur : www.arcos.vd.ch /Filères soins/Soins Palliatifs/Palliative Flash



Programme cantonal
de soins palliatifs

**L'alimentation en soins palliatifs : un art pour le plaisir de manger
Le point de vue du cuisinier**

Qui n'a pas entendu parler des vertus d'une alimentation saine et équilibrée, gage de santé et de qualité de vie ?

Il est vrai que l'appétit et le bien manger sont compris aussi bien comme des actes d'hygiène de vie que comme des moments de plaisir et de partage: plaisir de la table, de la dégustation, de la découverte de saveurs et d'odeurs et plaisir de la convivialité.

L'alimentation doit donc satisfaire aussi bien les besoins nutritionnels et énergétiques que procurer du plaisir.

La maladie grave peut perturber l'alimentation (anorexie, troubles du transit). Or une alimentation de qualité et/ou de quantité insuffisante entraîne des troubles nutritionnels qui ont une incidence sur la qualité de vie du patient et constituent parfois une menace vitale. En résultent inquiétudes et souffrance pour le patient et son entourage : angoisse face à la perte de poids, culpabilité pour le patient de ne pas manger ce qu'on lui a préparé et sentiment d'impuissance pour les proches face à la difficulté à satisfaire la personne malade, désespoir et tristesse.

A chaque étape de la maladie, **les objectifs de l'alimentation doivent être pensés en terme de prévention / qualité de vie / apports nutritionnels.**

En phase précoce d'un cancer par exemple, l'accent doit être mis sur la prévention de la dénutrition, alors qu'en phase avancée, lorsque la dénutrition est confirmée, restaurer un bon poids est illusoire ; **plaisirs et qualité de vie deviennent prioritaires.**

Dans cette phase palliative de la maladie, le cuisinier doit user non seulement de ses compétences diététiques mais de son art et de sa créativité pour rejoindre le patient dans ses besoins, d'où la nécessité de sa proximité avec le patient et de son intégration dans l'équipe interdisciplinaire.

Six règles d'or pour l'alimentation en soins palliatifs

1. Offrir une **alimentation saine et équilibrée** permet de satisfaire les besoins du métabolisme par un apport suffisant en substances nutritives, vitamines, sels minéraux et oligoéléments.
2. **Eviter les régimes** d'épargne en sel ou en hydrates de carbone, sachant que la diminution de la prise alimentaire en réduit les apports et que tout régime résulte en une perte de plaisir.
3. **Personnaliser les repas** en fonction des envies du patient, de ses problèmes de santé et de ses habitudes alimentaires.

Veuillez plier le long de cette ligne

- **choix des aliments :** Privilégier les mets que le patient apprécie. Diversifier les produits, offrir un choix de mets différents.
 - **textures des aliments:** Adapter les textures (dur/mou, liquide, lisse, mixé, haché) aux difficultés alimentaires rencontrées telles que les douleurs de bouche (inflammations, aphtes, cancer), les troubles de la mastication (secondaires à l'amaigrissement ou à un défaut d'ajustement des prothèses dentaires), et les troubles de la déglutition (fausses routes, sténose ou stent oesophagiens).
 - **quantité de nourriture :** Eviter une assiette trop pleine que le patient peinera à terminer en proposant des demi ou quart de portions et en valorisant un 2^{ème} service.
4. **Travailler la qualité gustative des mets**, en privilégiant des marchandises de saison et de 1^{ère} qualité.
 5. **Travailler la présentation des assiettes** par la disposition des aliments et le mariage des couleurs et saveurs contribue à aiguïser l'appétit. Un clin d'œil personnalisé (p.ex un cœur en purée) est souvent très apprécié !
 6. **Faire du repas une fête, un moment de convivialité.**

Quelques conseils pratiques dans des situations particulières

- Perte d'appétit :
 - Augmenter la densité énergétique d'un plat en lui incorporant crème, fromage, jambon
 - Fractionner les repas et les assortir de collations
- Nausées :
 - Eviter les mets à fortes odeurs ou très épicés (choux, choux fleur)
 - Valoriser l'hydratation
- Diarrhées :
 - Repas légers (pauvres en graisse) et fractionnés

Rédigé par:

Bruno Fellay, cuisinier, Fondation Rive-Neuve
Josiane Pralong, médecin, Fondation Rive-Neuve

Relu par : Gérard Pralong, médecin

Réponses Quiz p 1:

A chaque fois qu'il faut agir au niveau de la texture des aliments en prenant particulièrement soin de la présentation.

COMITE DE REDACTION

- Michel	BEAUVERD	CHUV - Service de Soins Palliatifs
- Sylviane	BIGLER	EMS Le Signal
- Gian Domenico	BORASIO	Professeur - Service de soins palliatifs, CHUV
- Brigitte	CHAPPUIS	EMS La Maison du Pèlerin
- Axelle	LEUBA	Centre de Diffusion, CHUV
- Nicolas	LONG	EMSP ARC / EHC Aubonne
- Floriana	LURATI RUIZ	EMSP ASCOR
- Claudia	MAZZOCATO	CHUV - Service de Soins Palliatifs
- Hans Ruedi	MEIER	Hôpital de Lavaux - Cery
- Josiane	PRALONG	Fondation Rive-Neuve
- Anne	VACANTI ROBERT	Réseau Santé Valais