

ÉNERGÉTIQUE (DÉPENSE)

LIMITATION DE LA DÉPENSE
ÉNERGÉTIQUE

0180

Définition : mise en application de mesures pour adapter la dépense énergétique d'un patient à son état, afin de traiter ou de prévenir la fatigue et d'améliorer sa condition.

► **Activités**

- Établir les limites physiques du patient.
- Déterminer la perception du patient ou de la personne significative des causes de la fatigue.
- Encourager le patient à exprimer ses sentiments face à ses limites.
- Établir les causes de fatigue, par exemple : traitements, douleur, médicaments.
- Déterminer le type et la quantité d'énergie requis afin d'augmenter l'endurance.
- Évaluer l'apport nutritionnel nécessaire aux besoins énergétiques.
- Consulter la diététicienne afin d'augmenter la consommation d'aliments à haute valeur énergétique.
- Surveiller le patient afin de déceler une fatigue physique ou émotionnelle excessive.
- Surveiller la réaction cardio-respiratoire à l'activité, par exemple : tachycardie ou autres dysrythmies, dyspnée, diaphorèse, pâleur, pressions hémodynamiques, rythme respiratoire.
- Vérifier et noter la quantité et le nombre d'heures de sommeil du patient.
- Surveiller le siège et la nature du malaise ou de la douleur lors des périodes d'activité.
- Diminuer les malaises physiques qui risquent de gêner le fonctionnement cognitif et l'autorégulation de l'activité.
- Établir des limites à l'hyperactivité lorsqu'elle perturbe le patient ou son entourage.
- Diminuer les stimuli environnementaux (ex. : lumière, bruit) afin de favoriser la détente.
- Limiter le nombre d'interruptions et de visiteurs au besoin.
- Conseiller au patient de se reposer et de limiter ses activités, par exemple en augmentant le nombre de périodes de repos.
- Suggérer au patient d'alterner les périodes d'activité et de repos.
- Programmer les activités physiques de manière à éviter les besoins en oxygène autres que ceux destinés au fonctionnement vital (ex. : éviter les activités immédiatement après les repas).
- Pratiquer divers exercices passifs ou actifs afin de diminuer la tension musculaire.
- Offrir des distractions calmantes afin de favoriser la détente.
- Conseiller au patient de faire la sieste si nécessaire.
- Aider le patient à prévoir des périodes de repos.
- Éviter les activités de soins lors des périodes de repos prévues.
- Prévoir les activités au moment où le patient a le plus d'énergie.
- Aider le patient à s'asseoir au bord du lit les jambes pendantes s'il est incapable de marcher ou d'effectuer ses transferts.
- Aider aux activités physiques normales (ex. : marche, transferts, changements de position, soins personnels) si nécessaire.
- Surveiller l'administration des stimulants et des calmants et leurs effets.
- Encourager le patient à pratiquer des activités physiques, par exemple, la marche ou la pratique des activités de la vie quotidienne, en tenant compte de ses ressources énergétiques.
- Évaluer les réactions physiologiques du patient (ex. : fréquence et rythme cardiaques, respiration) aux soins personnels ou aux soins infirmiers.
- Montrer au patient et à la personne significative les techniques de soins personnels qui limitent la consommation d'oxygène.