

# Les directives anticipées

Pour nombre d'entre nous, il est difficile d'aborder le sujet de la fin de vie. Pourtant, un drame (accident, maladie grave) peut se produire à n'importe quel moment, alors il semble important d'y réfléchir.

Les directives anticipées ont pour objectif de permettre aux personnes d'exprimer leur volonté concernant la fin de vie. Le document rédigé devra contenir ce qui remplacera la parole de la personne si celle-ci devenait impossible.



## Qui peut écrire des directives anticipées?

Toute personne majeure, qu'elle soit en bonne santé ou malade peut rédiger ses directives anticipées.

## Quand écrire ses directives anticipées?

Il est possible d'écrire ses directives anticipées à n'importe quel moment de la vie.

## Quel est le contenu des directives anticipées?

La personne peut y exprimer ses souhaits, ce qu'elle juge important, ce qu'elle redoute comme par exemple:

- les traitements et techniques médicales (sonde alimentaire, aide respiratoire, traitements difficiles à supporter, sédation...).
- l'aide de soins palliatifs (traitement des douleurs physiques, souffrance morale...).
- la mise en route ou l'arrêt en réanimation
- les conditions espérées au moment de la fin de vie (lieu (domicile, hôpital...), présence de personnes, accompagnement spirituel...).

## Comment écrire ses directives anticipées?

Les directives anticipées peuvent être rédigées à la main sur un papier libre ou via un modèle disponible sur internet (par exemple sur le site de la HAS ou du Service Public).

Si la personne concernée n'est pas en capacité d'écrire, elle peut demander à quelqu'un d'écrire à sa place avec la présence de deux témoins. Le document doit être daté et signé avec noms, prénoms, date et lieu de naissance.

Pour écrire ses directives anticipées, il est important de prendre son temps et d'y réfléchir sereinement. Il peut être constructif d'en parler avec ses proches, son médecin traitant, les professionnels du secteur médico-social, une association de patients/ d'utilisateurs etc...

## Peut-on modifier ses directives anticipées?

Les directives anticipées peuvent être modifiées voire annulées à tout moment et sans formalité. Dans ce cas, il est recommandé d'en informer les personnes qui connaissent ses directives.

## Où conserver ses directives anticipées?

Pour que les directives anticipées soient bien respectées, il est essentiel que leur existence soit connue et qu'elles soient accessibles facilement. Les directives peuvent être gardées par la personne (de préférence chez soi, dans ses papiers médicaux), être confiées à une personne de confiance et/ou au médecin traitant, enregistrées dans le dossier médical partagé (DMP).