

GUIDE PRATIQUE • SYNDROME VESPÉRAL

Agitation du soir dans Alzheimer : comment réagir ?

Que faire lorsqu'un proche atteint d'Alzheimer s'agite le soir ? Une conduite simple pour sécuriser, rassurer et rechercher un besoin immédiat.

MEDIWALK®

Des repères clairs pour mieux accompagner au quotidien.

<https://www.mediwalk.fr/calmer-agitation-alzheimer-soir.html>

Mediwalk — Protéger, rassurer et relier.

Sommaire

Retrouvez les étapes et repères essentiels de ce guide.

Réduire le danger avant de convaincre	3
Quand demander un avis médical	3
La méthode en six gestes	3
Si la personne veut « rentrer chez elle »	4
À ne pas faire	4
Après le retour au calme	4
Continuer le dossier	4
Questions fréquentes	5
Sources	5

Réduire le danger avant de convaincre

Quand une personne hausse la voix, marche sans arrêt, cherche à partir ou refuse l'aide, le premier objectif n'est pas de la convaincre. Il consiste à réduire le danger, comprendre ce qu'elle peut exprimer et restaurer un sentiment de sécurité.

Dossier syndrome vespéral : cette page traite la conduite à tenir pendant un épisode d'agitation vespérale. Pour la vue d'ensemble, consultez [Syndrome vespéral et Alzheimer](#), la page centrale du dossier.

Quand demander un avis médical

⚠ **Urgence** : si le comportement est brutal, très différent de l'habitude, accompagné d'une chute, d'une douleur, de fièvre, de somnolence ou d'un danger immédiat, demandez rapidement un avis médical. Appelez le 15 ou le 112 en situation urgente.

La méthode en six gestes

1. Ralentir

Approchez sans geste brusque et laissez une distance confortable.

2. Réduire les stimulations

Baissez le bruit et éloignez les personnes non nécessaires.

3. Parler peu

Une phrase, une information, une proposition.

4. Valider l'émotion

« Je vois que cela t'inquiète. Je suis avec toi.
»

5. Vérifier un besoin

Douleur, toilettes, faim, soif, fatigue, chaud ou froid.

6. Rediriger

Proposer une action familière plutôt qu'ordonner d'arrêter.

Si la personne veut « rentrer chez elle »

Évitez « mais tu es déjà chez toi ». Essayez : « Tu veux retrouver un endroit où tu te sens bien. Restons ensemble et prenons un moment au calme. »

À ne pas faire

Raisonner longuement

Démontrer que la personne se trompe augmente l'opposition.

Élever la voix ou contraindre

Encercler ou saisir sans nécessité immédiate aggrave la peur.

Enchaîner les questions

Une seule information ou proposition à la fois.

Punir l'agitation

La marche et l'agitation ne sont pas des comportements volontaires.

Médicamenter sans avis

Aucun traitement non prescrit pour cet épisode.

Après le retour au calme

Notez l'heure, le contexte, le comportement précis et ce qui a aidé. Si les épisodes se répètent, ces observations faciliteront la recherche d'une cause avec le médecin et les professionnels. La Haute Autorité de Santé recommande de rechercher les causes somatiques, psychiatriques, environnementales et médicamenteuses avant toute réponse pharmacologique.

Continuer le dossier

Construire une routine du soir

Une méthode progressive pour rendre la fin de journée prévisible. — [Voir le guide](#)

Syndrome vespéral et Alzheimer

La page centrale du dossier : repères, causes et plan d'action. — [Voir le guide principal](#)

Questions fréquentes

Faut-il contredire une personne atteinte d'Alzheimer qui veut partir ?

La confrontation augmente souvent l'inquiétude. Il est généralement préférable de reconnaître l'émotion, de rassurer puis de rediriger vers une action simple et familière.

Que faut-il vérifier en premier pendant une agitation du soir ?

Vérifiez d'abord la sécurité et les besoins immédiats : douleur, toilettes, faim, soif, fatigue, température, bruit ou changement dans l'environnement.

Quand faut-il contacter un médecin ?

Demandez rapidement un avis si l'agitation apparaît brutalement, diffère nettement de l'habitude, persiste ou s'accompagne de fièvre, douleur, chute, somnolence ou danger.

Sources

Haute Autorité de Santé : [prise en charge des troubles du comportement perturbateurs](#).

France Alzheimer : [Alzheimer et troubles du sommeil](#).

Information générale ne remplaçant pas une consultation.

À propos de ce guide

Informations générales à adapter à la situation de la personne. En cas d'urgence, appelez le 15 ou le 112.