GUIDE PRATIQUE · FUGUE ET DÉAMBULATION ALZHEIMER

Les signes qui annoncent une fugue Alzheimer

Une fugue est rarement totalement imprévisible. Les signes avant une fugue permettent d’agir au bon moment.

Dans ce guide : les repères de la page en ligne, des situations concrètes, des questions fréquentes, des outils à imprimer et une fiche personnelle.

MEDIWALK® · 229 rue Solférino, 59000 Lille · 09 72 45 93 15 · www.mediwalk.fr · Édition du 9 novembre 2026

Sommaire

Repères, outils pratiques et fiche personnelle à compléter.

Sources et version en ligne 2
L'essentiel 3
Les signes au quotidien 3
Les moments à surveiller 3
Les signaux d'alerte forts 3
Que faire quand vous voyez les signes 4
Noter pour anticiper 4
Outil : Grille d'observation sur une semaine 5
Questions fréquentes 5
Exemple : le manteau sur le bras 6
Ma fiche personnelle 6
Pour poursuivre 7

Sources et version en ligne

- Alzheimer's Association : errance et risque de se perdre, fiche aidants (2023, en anglais)
- HAS : prise en charge des troubles du comportement perturbateurs (maladie d'Alzheimer)
- Lire la page correspondante sur Mediwalk

Édition enrichie · 9 novembre 2026

L’essentiel

Repérer les signes avant une fugue, c’est se donner quelques minutes d’avance. Ces signes ne prédisent pas tout, mais ils aident à évaluer le risque de fugue et à proposer autre chose avant que la personne ne franchisse la porte.

Les signes au quotidien

Va-et-vient

Allers-retours répétés dans le couloir ou vers la porte.

Préparatifs

Recherche du manteau, des clés, du sac ou des chaussures de sortie.

Projet de départ

« Je dois aller travailler », « Je rentre chez moi », « On m’attend ».

Retour tardif

Une promenade ou une course habituelle qui dure beaucoup plus longtemps.

Désorientation

Difficulté à trouver les toilettes, la chambre ou la cuisine.

Agitation

Nervosité, impatience, besoin de bouger qui monte.

Les moments à surveiller

- la fin d’après-midi et le début de soirée (agitation en fin de journée) ;
- la nuit, lors d’un réveil désorienté ;
- après un changement : déménagement, nouvel intervenant, hospitalisation, visite ;
- dans un lieu inconnu : chez des proches, en vacances, à l’hôpital ;
- quand l’aidant est occupé ou au téléphone.

Les signaux d’alerte forts

Une première fugue, même courte, augmente le risque d’une suivante. Une personne qui s’est déjà perdue sur un trajet familier, qui a été raccompagnée par un voisin ou qui ne sait plus donner son adresse doit faire l’objet d’un plan de prévention sans attendre.

Si vous constatez ces signaux, préparez dès maintenant une fiche signalétique et parlez-en au médecin.

Que faire quand vous voyez les signes

1. Approchez-vous calmement, sans barrer la porte brusquement.
2. Accueillez ce qu'il dit : « Tu veux aller chercher les enfants ? Tu t'inquiètes pour eux. »
3. Vérifiez les besoins : toilettes, faim, soif, douleur, fatigue.
4. Proposez une alternative : marcher ensemble, une boisson, une activité.
5. Si la sortie se fait quand même, accompagnez-le plutôt que de le retenir.

Les raisons de ces comportements sont expliquées dans pourquoi un malade d'Alzheimer fugue.

Noter pour anticiper

Pendant une ou deux semaines, notez l'heure, ce qui s'est passé avant, ce que la personne a dit et ce qui l'a apaisée. Des régularités apparaissent souvent : une heure, un lieu, une situation. Vous pourrez alors organiser la journée en conséquence. La grille est dans le PDF.

Outil : Grille d’observation sur une semaine

Signe	L	M	M	J	V	S	D
Va-et-vient							
Cherche manteau / clés							
Parle de partir							
Désorientation							
Agitation en fin de journée							
Réveil nocturne							
Tentative de sortie							

Questions fréquentes

Quels sont les signes avant une fugue ?

Va-et-vient, recherche du manteau ou des clés, phrases sur un départ, désorientation, agitation, retour tardif d’une promenade.

Une première fugue augmente-t-elle le risque ?

Oui. Après un premier épisode, un plan de prévention s’impose sans attendre.

Pourquoi l’agitation en fin de journée est-elle fréquente ?

La fatigue, la baisse de lumière et la désorientation se cumulent souvent en fin d’après-midi.

Faut-il se mettre devant la porte ?

Évitez de bloquer brusquement, ce qui peut provoquer de la peur ou de la colère. Accueillez, puis proposez une alternative.

Que faire si la personne veut absolument sortir ?

Accompagnez-la pour une courte marche. Souvent, l’envie retombe en route et le retour se fait naturellement.

Le risque de fugue disparaît-il avec l’évolution de la maladie ?

Il persiste tant que la personne peut marcher. Il faut réévaluer régulièrement.

Comment parler de ce risque avec le médecin ?

Apportez vos notes : moments, signes, épisodes, ce qui apaise. Elles aident à rechercher une cause et à adapter l'accompagnement.

Exemple : le manteau sur le bras

Exemple illustratif : un aidant remarque que son père prend son manteau après chaque visite de l'infirmière. Il comprend que le départ de celle-ci lui donne envie de partir aussi. Il prévoit désormais un café et un moment de conversation juste après la visite.

Ma fiche personnelle

Une fiche à compléter avant votre prochain échange avec un professionnel. Notez seulement les informations nécessaires et conservez ce document de manière confidentielle.

Les signes observés et à quelle heure

Les situations qui précèdent ces signes

Ce qui apaise votre proche

Les personnes à prévenir si le risque augmente

À garder en tête

Les exemples de ce guide sont illustratifs. Adaptez les propositions à la personne et aux consignes des professionnels. Si votre proche a disparu, ne perdez pas de temps : après une recherche rapide des lieux proches, appelez le 17 ou le 112.

Pour poursuivre

- Revenir au dossier Prévenir les fugues Alzheimer
- Comprendre pourquoi la personne part
- Sécuriser le domicile sans enfermer

Mediwalk® · 229 rue Solférino, 59000 Lille · 09 72 45 93 15 · Tous les guides Le Mag 100 % aidants