

Motif d'inquiétude, les appels nocturnes répétés d'un proche âgé à domicile relèvent parfois des urgences, mais souvent, surtout en cas d'éloignement familial, révèlent l'isolement social d'un proche s'estimant trop faible pour résoudre seul ses difficultés. Quelles sont les causes de ces appels répétés ? Leurs conséquences ? Que peut faire l'aidant familial ?

## **Les possibles causes à vous faire préciser au téléphone**

Le plus souvent, ses [fréquents réveils](#) liés à l'âge sont envahis par des chagrins ou des problèmes amplifiés par sa solitude, la pénombre, et nécessitent impérativement la voix rassurante d'un membre familial. Votre proche pourra évoquer l'anniversaire du décès de son conjoint, d'une amie, les futures vacances de son [aide à domicile](#) habituelle, l'hospitalisation prolongée d'un membre de son entourage, une actualité récente qui s'amplifie, une facture inattendue, un conflit familial récent, une maltraitance insoutenable (menaces de placement) ou encore ses réflexions sur la mort.

L'addition de ces événements non résolus (voire d'autres) peut générer une [dépression](#) à repérer surtout si, outre les réveils prolongés fréquents, sa nuit se termine vers quatre heures du matin avec, souvent, un logique déferlement d'angoisses.

Il peut aussi être réveillé par des douleurs inquiétantes par leur durée, ou bien des brûlures urinaires importantes après une infection rénale récente, redoutée à nouveau. Voire par des diarrhées depuis 2-3 jours lui faisant craindre une déshydratation comme par le passé.

Sa nuit peut aussi ne pas débuter à cause de tapages nocturnes fréquents ou à un sentiment omniprésent d'insécurité (par exemple, une cataracte ou une DMLA évoluée peut lui faire percevoir, nuit après nuit, une ombre humaine repassant devant ses volets).

Mais des poussées de confusion (bouffées confusionnelles) avec [hallucinations](#) peuvent justifier des appels répétés la même nuit. Il s'agit d'une urgence médicale, nécessitant un avis médical rapide car des insécurités peuvent survenir : fugues nocturnes, maltraitance éventuelle entre conjoints âgés, troubles de voisinage, chutes à répétition...

## **Quelques conséquences d'une mauvaise gestion de ces appels**

Votre proche refuse vos conseils en tant qu'aidant et retéléphone sans cesse ou ne donne pas les nouvelles pourtant attendues. Ou bien, épuisé, vous pouvez minimiser les plaintes entendues ou imposer transitoirement la présence nocturne d'un aidant professionnel.

La première conséquence est le risque d'apparition ou de majoration d'un épuisement voire d'une dépression de l'aidant familial isolé favorisant l'arrêt à court terme du maintien à domicile du proche, après une hospitalisation de répit qui lui serait imposée, protégeant l'aidant et le reste de sa famille.

D'autres conséquences : l'apparition ou la majoration d'une dépression du proche voire d'un conflit entre lui et certains membres de sa famille exigeant un bilan hospitalier qu'il refuse ou veut reporter.

## **Que pouvez-vous faire par téléphone en pleine nuit ?**

Si c'est une nouvelle **bouffée d'angoisse** : le rassurer en disant que vous l'avez une nouvelle fois bien compris, que l'aspect transitoire de cette bouffée autorise à en reparler à nouveau au matin (y compris l'avis éventuel de son médecin traitant) et qu'il prenne, pour terminer sa nuit, ce que son médecin lui avait éventuellement délivré.

S'il s'agit d'une nouvelle poussée douloureuse d'arthrose : vérifiez qu'il a repris l'antalgique efficace prescrit et refaites le point au matin.

Au moindre doute d'urgence médicale (douleur de poitrine, gêne respiratoire, nausées, fièvre, hallucinations, propos incompréhensibles...), demandez-lui son accord pour que vous appeliez le médecin urgentiste, qu'il n'aurait, par ailleurs, pas encore contacté depuis son premier appel.

## **Et la prévention de ces appels ?**

Revoir avec lui comment combattre son isolement social, les risques de dépression, d'irrégularités de son suivi médical, de négligence de ses déficits sensoriels. Lui évoquer le possible et anonyme échange nocturne par sa [téléassistance](#) (si ce type d'appel est prévu et non limité) ou de centres d'appel (certains 24h/24, alors gratuits, sans appel surtaxé, sinon payants). Laisser un éclairage faible dans sa chambre pour, en cas de réveil, combattre l'obscurité angoissante. Enfin, évoquer un animal de compagnie.