

Comment prévenir la chute des personnes âgées

Anne Jouan

lefigaro.fr

16/03/2009

<http://www.lefigaro.fr/sante/2009/03/16/01004-20090316ARTFIG00297-comment-prevenir-la-chute-des-personnes-agees-.php>

Si les chutes sont des accidents caractéristiques de l'âge, c'est parce qu'ils sont liés, dans la moitié des cas, à des pathologies aiguës comme des problèmes cardiaques, vasculaires ou encore neurologiques.

Si les chutes sont des accidents caractéristiques de l'âge, c'est parce qu'ils sont liés, dans la moitié des cas, à des pathologies aiguës comme des problèmes cardiaques, vasculaires ou encore neurologiques. Crédits photo : AP

Check-up médical, conseils comportementaux, aménagement de l'habitat : la méthode Padchute, mise au point par un médecin poitevin, a fait ses preuves.

Alors qu'en 2010 la France comptera plus de 10 millions de seniors de plus de 65 ans, la prévention des chutes des personnes âgées constitue un enjeu majeur de santé publique. On estime en effet qu'un tiers des plus de 65 ans et la moitié des plus de 85 ans sont concernés par ce risque qui représente la première cause de mortalité par accident avec environ 12 500 décès par an.

Le taux de rechute est, en outre, particulièrement élevé. Après un premier accident, le risque de tomber est multiplié par vingt ! Enfin, il faut savoir qu'une chute conduit, dans 40 % des cas, à un placement en institution...

Apprendre à se relever

Si ces accidents sont caractéristiques de l'âge, c'est parce qu'ils sont liés, dans la moitié des cas, à des pathologies aiguës comme des problèmes cardiaques, vasculaires ou encore neurologiques. Partant de ce constat, le Pr Gilles Kemoun, chef du service de médecine physique et de réadaptation du CHU de Poitiers, a mis au point une méthode de prévention efficace, intitulée «Padchute».

Une équipe pluridisciplinaire composée d'un médecin, d'un kinésithérapeute et d'un ergothérapeute se rend au domicile du patient afin d'évaluer les facteurs de risque de chute. «Il peut s'agir de choses toutes simples, explique Gilles Kemoun. Par exemple, nous regardons s'il n'y a pas d'interactions médicamenteuses entre les différents traitements pris par le patient, quitte à changer la posologie. Nous contrôlons également sa vue pour s'assurer qu'il ne souffre pas de cataracte. Sans oublier que bien souvent, les personnes âgées ont les pieds déformés, ce qui a pour conséquence de les faire facilement tomber alors qu'une simple visite chez le podologue suffit à régler le problème.»

Réduction des coûts de santé

Des activités physiques adaptées sont également proposées, comme le fait d'apprendre à se relever. «Ce dernier point est complètement intégré dans ma consultation, confie Gilles Kemoun. Je demande à mes patients de s'allonger sur le sol et ils me regardent souvent avec perplexité ! Mais ils se rendent compte très vite que s'ils n'arrivent pas à se relever, c'est parce qu'ils ont perdu de la motricité.»

Les solutions proposées concernent aussi l'environnement intérieur, puisque 80 % des chutes ont lieu à domicile. Le danger peut venir d'un tapis qui rebique, d'un fil de téléphone qui traverse une pièce, d'un parquet trop ciré, d'un mauvais éclairage ou encore d'une baignoire trop basse.

Après tout ce travail de diagnostic, la personne âgée se voit proposer une stratégie de correction pendant un an. Concrètement, c'est le médecin traitant, la maison de retraite ou le malade qui craint de tomber ou qui est déjà tombé qui sollicite Padchute.

Au-delà des conséquences en termes de santé et de perte d'autonomie, les chutes représentent en France un coût financier de près de 1,7 milliard d'euros par an, soit 1 % de la dépense courante de santé.

Une étude menée aux États-Unis il y a une dizaine d'années a montré que le coût de la prise en charge diminue de 2 000 dollars par personne chez les individus qui ont bénéficié d'un programme de prévention (qu'il s'agisse d'une adaptation médicamenteuse, de conseils comportementaux ou d'exercices physiques). Ce qui signifie qu'une réduction des risques environnementaux permet une réduction des coûts de santé.

«Nous observons qu'au bout d'un an, seulement 10 % de nos patients chutent, ce qui signifie que nous avons atteint notre objectif», conclut Gilles Kemoun. Depuis trois ans que ce système est expérimenté, plus de 100 personnes de la région de Poitiers ont bénéficié de cette prestation non facturée. L'équipe de Padchute fonctionne pour l'instant avec une bourse (130 000 euros) de la Fondation Caisse d'épargne pour la solidarité. Mais elle entend bien labéliser le concept et le décliner dans toute la France.