

Chutes accidentelles chez les personnes âgées : repérer le risque et prévenir la chute**« Ne laissons pas tomber les vieux »**

Cas clinique : Eugénie

Madame Eugénie B., 77 ans, veuve depuis 10 ans, vit seule dans son appartement du 2^{ème} étage de sa résidence, mais très entourée par ses voisines. Une coxarthrose bilatérale de hanches l'invalide assez lourdement, ce qui fait que vous la voyez régulièrement à domicile. Elle ne sort plus sans sa canne, pour de petits trajets. Ses voisines se chargent de ses courses habituelles, et sa fille, qui vient la voir régulièrement bien qu'elle habite à plusieurs centaines de km et travaille encore, fait le reste. Eugénie pense « un jour » se faire opérer de ses hanches, la droite d'abord, la plus invalidante et douloureuse, mais n'est pas très pressée. *« Qu'est-ce que je ferais de mon petit chien, docteur, pendant que je serais à l'hôpital ? »* Elle arrive encore à déambuler dans son appartement avec sa canne, et fait même tous les jours une petite promenade de quelques dizaines de pas, pour permettre au « cher trésor », petite boule de poils blancs d'à peine quelques kilos de prendre l'air et se dégourdir les pattes...

Elle ne prend aucun autre médicament que les antalgiques que vous lui prescrivez (en général de l'ibuprofène et/ou du paracétamol, mais parfois du paracétamol codéiné).

Dans ses antécédents, on note particulièrement :

- 1 m 55 pour 79 kg
- sa coxarthrose lui fait mal et la gêne pour marcher
- une « impression d'insomnie » parce qu'elle se réveille assez souvent dans la nuit, mais elle ne se lève qu'une fois pour aller aux toilettes, et encore, même pas toutes les nuits...
- votre seul véritable « ennemi » est le bromazépam (Lexomil®) dont elle prend religieusement 1/4 de comprimé tous les soirs depuis plus de 20 ans, mais vous n'avez pas réussi à la persuader de l'arrêter...

L'appartement d'Eugénie, que vous connaissez bien pour le « fréquenter » régulièrement, est petit, mais confortable. Un peu trop encombré à votre goût, entre tous les bibelots, meubles, tapis, panier de chien et autres os en caoutchouc, mais Eugénie vous affirme péremptoirement qu'elle ne se séparera jamais de ces souvenirs de l'heureux temps d'autrefois. Avec la complicité de sa fille, vous réussissez parfois un « petit gain » sur une babiole, vite remplacée par une autre...

Mme B mange assez bien, vous dit-elle, mais vous n'êtes pas vraiment persuadé de ses bonnes habitudes... Vous avez même un petit doute sur sa sincérité quand elle affirme ne boire que de l'eau. La présence d'un présentoir d'alcools divers abondamment garni vous a fait lui poser clairement la question, mais elle vous a répondu : *« Ce n'est pas pour moi, docteur, c'est pour mes visiteuses. Un petit doigt d'alcool quand elle m'apporte mes courses, le midi »*. Vous n'avez aucun argument a priori pour douter de ses dénégations.

Quels sont les facteurs de risque de chutes de madame B ?

Que lui proposer ?

Quelles mesures de prévention pour elle ?