

11.05.2010 - 10:00 Uhr

addiction info suisse - Alcool et médicaments lorsqu'on prend de l'âge

Lausanne (ots) -

La consommation d'alcool peut devenir un grave problème lorsqu'on vieillit. Les spécialistes estiment qu'une personne âgée dépendante de l'alcool sur trois ne l'est devenue qu'après sa retraite. L'alcool a plus d'effet avec la vieillesse. Et les personnes âgées consomment souvent plus de médicaments. Il est donc important de s'informer. addiction info suisse et la Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs (ZüFAM) informent les personnes de plus de 60 ans et leurs proches sur des risques peu connus.

Peu de personnes savent que la consommation d'alcool produit davantage d'effet chez une personne âgée. En effet, avec le vieillissement, la quantité d'eau dans le corps diminue. L'alcool est ainsi réparti dans moins de liquide et le taux d'alcool dans le sang augmente. On constate également que les personnes âgées prennent souvent plus de médicaments, en raison de nombreuses maladies dont l'apparition est liée à la vieillesse. Marie-Claude Amacker, spécialiste de la prévention à addiction info suisse, explique: «L'alcool et les médicaments, ainsi que leurs combinaisons, comportent des risques que de nombreuses personnes ignorent. Il y a un tabou social à parler des consommations chez les personnes âgées.» En collaboration avec la ZüFAM, addiction info suisse veut sensibiliser les personnes vieillissantes et leurs proches, ainsi que d'autres personnes de l'entourage, sur les risques spécifiques que comporte la consommation d'alcool et de médicaments lorsqu'on prend de l'âge. addiction info suisse et la ZüFAM ont réalisé en commun deux dépliants et une brochure faisant l'état des connaissances actuelles, indiquant les risques, des conseils pratiques et des adresses utiles. Marie-Claude Amacker résume: «Ces documents visent à informer, sensibiliser aux spécificités liées à l'âge et offrir des réponses à des questions quotidiennes.»

Gérer les changements

L'âge est synonyme de nombreux changements: on compte ceux vécus positivement comme l'augmentation du temps libre, la naissance des petits-enfants, d'autres étant difficiles. En vieillissant, les événements pénibles, comme les maladies ou le décès de proches ont tendance à se multiplier pour la plupart des gens, alors que le soutien social diminue. Ainsi, les personnes âgées ont parfois recours aux médicaments ou à l'alcool pour faire face aux difficultés ou se détendre. Les somnifères et les calmants promettent ainsi un soulagement rapide en cas d'affliction ou de nervosité. Les médicaments avec comme principe actif des benzodiazépines peuvent rendre rapidement dépendant et ne devraient donc être pris que sur ordonnance médicale.

La consommation d'alcool pour se détendre comporte des risques importants, dont celui de la dépendance. Les spécialistes estiment qu'une personne alcoolodépendante âgée sur trois ne l'est devenue qu'après sa retraite. Lorsque des personnes âgées boivent trop, c'est bien souvent aussi par méconnaissance des changements liés à l'âge. Certaines personnes ont aussi plus souvent l'occasion de boire en société.

Il n'est jamais trop tard

L'alcool peut perturber l'effet de médicaments et peut influencer négativement des maladies existantes comme le diabète, une pression

sanguine trop élevée ou des problèmes de digestion. Les indices d'une possible dépendance à l'alcool et/ou aux médicaments sont souvent attribués à l'âge, ou alors les proches n'osent pas exprimer leur inquiétude. Le personnel soignant est aussi souvent perplexe.

Les problèmes d'alcool comme de médicaments occasionnent des souffrances à chaque âge de la vie, pour les proches aussi. La liste des effets possibles comprend la fatigue, le mal de tête, l'incontinence, la perte d'appétit, les problèmes de mémoire ou de sommeil, la dépression, les chutes et même la dépendance. Une consommation abusive d'alcool et de médicaments peut se transformer en dépendance qui restreint la qualité de vie et augmente les besoins en soins. Cristina Crotti de la ZüFAM explique: «Il vaut la peine d'intervenir à tout âge de la vie.» Elle observe par exemple que les maisons de retraite et les centres médico-sociaux n'ont souvent pas d'attitude claire en ce qui concerne la consommation d'alcool. Fournit-on de l'alcool aux seniors ou pas? A partir de quand ne sert-on plus d'alcool? «L'attitude du personnel soignant est importante, afin qu'une consommation problématique puisse être rapidement repérée et prise en charge» complète Cristina Crotti. Les personnes concernées sont ainsi plutôt motivées à demander du soutien ou à en accepter.

- Dépliant sur le thème de l'alcool pour les personnes de plus de 60 ans

- Dépliant sur le thème des médicaments pour les personnes de plus de 60 ans

- Brochure « Alcool et médicaments en vieillissant - Informations pour les personnes dès 60 ans et leur entourage »

addiction info suisse en bref

addiction info suisse entend prévenir ou réduire les problèmes liés à la consommation d'alcool et d'autres substances psychoactives ou à des comportements susceptibles d'entraîner une addiction. Elle conçoit et met en place des projets de prévention et s'engage dans la politique de la santé et la recherche psychosociale. addiction info suisse est une organisation privée, indépendante de tout parti politique, reconnue d'utilité publique. addiction info suisse est active au niveau national et collabore avec des institutions au plan international. Notre nom se décline aussi en trois autres langues: Sucht Info Schweiz, Dipendenze Info Svizzera et Addiction Info Switzerland.

Depuis mai 2010, addiction info suisse est la nouvelle appellation de l'Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies (ISPA).

Vous trouverez ce communiqué de presse sur le site Internet d'addiction info suisse : <http://www.addiction-info.ch>

Contact:

Corine Kibora

Porte-parole

ckibora@addiction-info.ch

Tél. : 021 321 29 75

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000980/100603334> abgerufen werden.