

MOOC CHUTE 1

Prévention des chutes : quels enjeux ?

Pr François PUISIEUX – Praticien hospitalier au CHU de Lille

Les chutes chez les personnes âgées sont des événements très fréquents. On estime qu'une personne sur trois de plus de 65 ans va tomber au moins une fois dans l'année et c'est le cas pour une personne sur deux de plus de 80 ans. Parmi les personnes qui vont tomber, la moitié vont tomber plusieurs fois. Et ces chutes peuvent être responsables de conséquences graves et responsables de décès. On estime que c'est près de 9 000 décès qui sont imputables aux chutes chaque année en France. C'est donc considérable, c'est d'ailleurs la première cause de mortalité accidentelle par accident de la vie courante, c'est le terme qu'on emploie habituellement chez la personne âgée.

Les conséquences traumatiques des chutes sont d'abord les fractures. Ce ne sont pas les seules conséquences traumatiques, il y a évidemment par exemple les lésions cutanées mais aussi les hémorragies, notamment intracrâniennes. Néanmoins les principales conséquences traumatiques sont les fractures et en tête de ces fractures vient la fracture de l'extrémité supérieure du fémur car c'est une fracture fréquente, près de 60 000 fractures de l'extrémité supérieure du fémur chaque année en France. Et c'est une fracture aussi qui a des conséquences très sévères chez les personnes. À l'an après la fracture, 20% des patients sont décédés et parmi ceux qui survivent, 20% sont entrés en institution parce qu'ils ne peuvent plus vivre à la maison. Et parmi aussi les survivants, 50% ne savent plus marcher comme ils marchaient auparavant. Cela reste donc une fracture très grave malgré tous les progrès de l'anesthésie et de la chirurgie.

Il y a d'autres fractures bien sûr comme les fractures du bassin, les fractures de vertèbres aussi qui ont des conséquences très importantes sur la qualité de vie des personnes âgées, mais aussi des fractures d'épaule ou des fractures du poignet. Toutes ces fractures ont des conséquences importantes.

Le syndrome post-chute peut survenir après une chute, et c'est une conséquence grave, il faut absolument le diagnostiquer pour prendre en charge de manière active le patient. Si on intervient précocement et de façon efficace, la personne peut récupérer un équilibre et une marche satisfaisante. Si au contraire on passe à côté du diagnostic et qu'on n'assure pas la bonne prise en charge, la personne ne saura plus marcher de façon définitive.

Le syndrome post-chute est caractérisé par deux éléments. Une composante psychologique, c'est la peur de tomber et notamment la peur de tomber en avant, et une composante motrice qui est surtout caractérisée par une rétropulsion que l'on voit parfois alors que la patiente est au fauteuil, que l'on voit également lorsque le patient se met debout avec une station debout qui est très instable et une tendance à retomber en arrière.

Le terme de chute grave prête à discussion mais on peut considérer comme chute grave toute chute qui a entraîné une conséquence traumatique importante, une chute qui a entraîné un syndrome post-chute avec ses conséquences importantes sur l'autonomie

fonctionnelle des personnes, également une chute qui a entraîné une station prolongée au sol. Toutes ces chutes peuvent être considérées comme des chutes graves et nécessitent une prise en charge urgente du patient.

Après une première chute, le risque de nouvelle chute est très augmenté. On estime que le risque est multiplié par 20 chez une personne est déjà tombée comparé à une personne qui n'est pas tombée. Et cette augmentation du risque s'explique par le fait que des personnes qui sont tombées ont des facteurs de risques particuliers de tomber qui augmentent le risque de tomber à nouveau. Et l'autre facteur qui joue c'est qu'après une chute, beaucoup de personnes âgées vont moins marcher, moins s'exercer. Et un adage dit chez la personne âgée, et c'est certainement vrai, que ce qui n'est pas exercé se perd, et une personne qui ne s'exerce plus, qui ne marche plus va augmenter son risque de chute.

Les chutes des personnes âgées peuvent survenir partout. A l'extérieur, dans la rue, mais également au domicile des personnes et enfin en milieu institutionnel, en établissement d'hébergement ou en établissement de santé. Dans ces établissements la chute est d'ailleurs le premier événement indésirable déclaré par les établissements.

La chute chez la personne âgée n'est certainement pas une fatalité. Il faut s'intéresser à la chute de la personne âgée, pas seulement parce que la chute est un événement grave mais aussi parce qu'on peut agir. Et il faut que tous les professionnels de santé en soient convaincus.