

Le 8 février 2012

La prévention des chutes – Aider les aînés à éviter une hospitalisation

Debout sur un pied, Loretta Daoust s'est penchée pour enfiler un bas sur son autre pied. Ayant perdu l'équilibre, cette Sudburoise de 90 ans a basculé et s'est cassé la hanche.

Après un long séjour à l'hôpital, M^{me} Daoust a passé le reste de ses jours dans un fauteuil roulant. Elle aurait pu éviter cette chute facilement en s'asseyant pour chausser ses bas.

Les aînés qui ont plus de 85 ans sont trois fois et demie plus susceptibles de tomber que le reste de la population. Malheureusement, les conséquences de ces chutes sur leur santé sont beaucoup plus graves. En somme, 94 % des fractures de la hanche sont causées par des chutes.

Nous savons qu'environ 20 % des patients ayant besoin d'autres niveaux de soins à l'hôpital ont plus de 55 ans et ont subi une chute. En aidant les aînés à prendre des précautions contre les chutes, nous pouvons empêcher de longs séjours à l'hôpital.

« Les chutes réduisent la qualité de vie des aînés, car elles altèrent leur mobilité, leur état de santé et leur degré d'autonomie. De plus, elles coûtent des milliards de dollars au système de santé de l'Ontario en raison de répercussions qui pourraient être évitées, telles des visites à l'urgence, des hospitalisations et, trop souvent, des admissions dans des foyers de soins de longue durée », explique Louise Paquette, directrice générale du RLISS du Nord-Est. « Le RLISS du Nord-Est appuie les programmes de prévention des chutes, car nous savons que la plupart des chutes peuvent être évitées à condition d'assurer une éducation et une sensibilisation adéquates. »

Grâce au financement accordé annuellement par le RLISS du Nord-Est, trois communautés ont formé des coalitions *Restez sur vos pieds* – à Parry Sound la coalition est gérée par *The Friends*, dans le Nipissing c'est le Centre régional de santé de North Bay et à Sudbury c'est la Croix-Rouge de Sudbury. En tout, des milliers de gens du Nord ont profité des programmes de prévention des chutes financés par le RLISS du Nord-Est.

Ces coalitions ont mobilisé la communauté de façon considérable. Une sensibilisation en a résulté par rapport au fait que tous les secteurs de la communauté partagent un certain degré de responsabilité pour assurer des pratiques plus sécuritaires tout en étant plus sensibles aux enjeux liés au vieillissement.

« Un grand nombre de chutes sont subies par des femmes et la plupart des chutes surviennent au domicile de la personne (dans la communauté ou un foyer de soins de longue durée) », affirme Marliese Gause, directrice générale de *The Friends*, un organisme qui offre du logement accessible, des services de soutien et des programmes aux aînés.

« L'importance d'une approche intégrée envers la prévention des chutes est l'une des choses qui sont devenues évidentes pour tous les participants de la coalition », remarque M^{me} Grause.
« Il y avait une reconnaissance que tous les secteurs de la communauté doivent partager la responsabilité pour assurer des pratiques plus sécuritaires et une meilleure sensibilité aux enjeux liés au vieillissement.

Dans la région de Parry Sound, les membres de la coalition *Restez sur vos pieds* comprennent des élus municipaux, des foyers de soins de longue durée, des services d'aide à la vie autonome, le West Parry Sound Health Centre, des postes de soins infirmiers, les services d'urgence, les Premières nations et des médecins de famille.

De plus, le RLISS du Nord-Est travaille avec les bureaux de santé publique de la région pour promouvoir le thème *Attention! Gardez le cap!*

Dans le RLISS du Nord-Est, 17 % de la population a plus de 65 ans, ce qui est plus élevé que la proportion provinciale de 13 %. On s'attend à ce que ce chiffre atteigne 30 % pour le RLISS du Nord-Est en 2030, en comparaison de 22 % pour l'Ontario.

Faits intéressants sur les chutes dans le Nord-Est de l'Ontario :

- Le nombre de chutes dans le Nord-Est de l'Ontario est 40 % plus élevé que la moyenne provinciale.
- Après une chute, les patients hospitalisés restent à l'hôpital pendant une moyenne de 15,5 jours. Le séjour médian à l'hôpital est de 7 jours, alors que 30 % des patients demeurent à l'hôpital pendant au moins 15 jours.
- Un cinquième (21 %) des aînés qui sont hospitalisés en raison d'une blessure découlant d'une chute sont ensuite admis dans un établissement de soins continus. Cette proportion augmente considérablement en fonction de l'âge.
- Presque le tiers des patients retournent chez eux, dont 32 % continuent à y recevoir des soins. Sept pour cent (7 %) des patients hospitalisés meurent à l'hôpital.
- En moyenne, le service médical d'urgence de Parry Sound reçoit 22 appels par mois liés aux chutes. Dans la grande région de Sudbury-Manitoulin-Parry Sound, une moyenne de 2 200 visites se font à l'urgence des hôpitaux et en moyenne 547 hospitalisations résultent d'une chute.

Les RLISS, leurs fournisseurs de services de santé, les bureaux de santé publique et les organismes de soins primaires ont créé un **cadre de gestion intégrée et une boîte à outils sur la prévention des chutes**

(<http://www.nelhin.on.ca/WorkArea/showcontent.aspx?id=11412>) qui rassemble les meilleurs programmes, outils, ressources et pratiques en vue de réduire efficacement le nombre de chutes et les répercussions de ces dernières.

Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec : Cynthia Stables, RLISS du Nord-Est, cynthia.stables@lhins.on.ca ou au 705 845 1887.



Sous-titre pour la photo ci-jointe : Kal Lehtela essaie de frapper le ballon tout en agrippant sa chaise pendant que le directeur général, David Munch, le regarde. Les aînés de Finlandia jouent au ballon-badminton, une sorte d'exercice qui limite le risque de chute. Les gens qui ont des difficultés d'équilibre peuvent faire cette activité amusante à partir de leur chaise, en toute sécurité.

Restez informés, participez et communiquez avec nous :



[Trouvez-nous sur Facebook](#)



engagingwithyou@lhins.on.ca



[Suivez-nous sur Twitter](#)



Ontario

Local Health Integration
Network
Réseau local d'intégration
des services de santé