

Service de gériatrie et réadaptation gériatrique

# Newsletter Info-GER

Le Centre Leenaards de la Mémoire,  
le Service universitaire de l'âge avancé,  
le Service de gériatrie  
et le

Laboratoire de recherche en neuro-imagerie  
vous ouvrent leurs portes au CHUV !

[www.geriatrie-chuv.ch](http://www.geriatrie-chuv.ch)



**Le Jeudi 24 septembre 2015**  
**de 11H00 à 16H00**  
**à Mont-Paisible 16**  
**1011 Lausanne**

## Portes ouvertes au Service de gériatrie et réadaptation gériatrique !

Lors de cette journée portes ouvertes, l'équipe du Service de gériatrie vous invite à vous familiariser de manière ludique et interactive avec les divers aspects de la prise en charge interdisciplinaire chez les personnes âgées.

A cette occasion, vous pourrez participer à des ateliers animés par les professionnels du service (physiothérapeutes et ergothérapeutes) notamment avec des activités en rapport avec la marche et la réadaptation. Un programme détaillé présentera les animations proposées ce jour-là par les différents services du Mont-Paisible 16.

La gériatrie traite les aspects non seulement biologiques et médicaux, mais également psychologiques et sociaux des pathologies spécifiques aux personnes âgées. Elle concerne aussi bien les aspects préventifs et curatifs que la réadaptation. Elle fournit également aux malades en fin de vie le soutien médical, psychologique et social nécessaire.

Spécialiste en médecine générale ou en médecine interne, le médecin gériatre doit de plus avoir suivi une formation approfondie d'un minimum de 3 ans en gériatrie et en psycho-gériatrie. Le médecin gériatre possède un savoir-faire et un savoir-être dans de nombreux domaines.



## Au sein de l'Unité de gériatrie ambulatoire et communautaire

Venez découvrir l'Unité de gériatrie ambulatoire et communautaire. Elle a pour but de contribuer à l'amélioration de la prise en charge des personnes âgées vivant dans la communauté et de permettre, à terme, une diminution des hospitalisations ainsi qu'une meilleure orientation des personnes âgées dans le réseau de soins. Cette unité contribue également à l'amélioration de la formation des futurs praticiens.

Le médecin gériatre se déplace à domicile pour:

- ◆ améliorer le dépistage et la prise en charge des syndromes gériatriques associés à un risque accru de morbidité, de déclin fonctionnel et d'hospitalisation,
- ◆ appuyer les médecins traitants dans la prise en charge des personnes âgées avec des besoins complexes,
- ◆ aider les médecins de famille à orienter les personnes âgées dans le réseau de soins,
- ◆ améliorer la qualité de vie des patients et de leurs proches.

## La recherche : un programme de gérontechnologie innovant

A l'occasion de cette journée portes ouvertes, notre service vous présentera le fruit de son partenariat de recherche avec l'EPFL : un instrument de mesure et d'analyse qui permet de prévenir les chutes.

Chaque année, plus de 2 millions de personnes de plus de 65 ans font des chutes. Les chutes représentent les deux tiers des accidents chez les sujets âgés et la 5<sup>ème</sup> cause de décès. Après une première chute, les risques de retomber sont multipliés par 20.

Les chutes ont un fort impact sur la condition physique de la personne âgée, qui devient plus vulnérable. C'est d'autant plus vrai lorsque la chute a entraîné une fracture. Mais les chutes ont également un impact psychologique entraînant une perte de confiance, la peur de tomber, voire parfois un réel repli sur soi.

**Gait Up** - L'entreprise Gait Up, [www.gaitup.com](http://www.gaitup.com) un spin-off de l'EPFL, présentera son outil qui prévient des chutes. Sur demande de l'équipe médicale du service, elle a développé un dispositif électronique capable de mesurer la signature de la démarche. Celle-ci est unique et permet d'identifier certaines pathologies.

Fruit de plusieurs années de recherches menées conjointement par le Laboratoire de mesure et d'analyse du mouvement de l'EPFL et le Service de gériatrie du CHUV, cet appareil permet de détecter le risque de chute chez les personnes âgées.

A l'heure actuelle, l'évaluation de ces symptômes moteurs est basée sur une observation visuelle, mais cet appareil constitue aussi une aide au diagnostic de troubles neurologiques. Il permet de connaître la façon dont une personne récupère après la pose d'une prothèse. Il permet également de vérifier si un traitement est efficace chez les patients souffrant de la maladie de Parkinson. Ce système a déjà été utilisé chez plus de 4500 patients et se démarque des dispositifs existants par sa précision.

Le 24 septembre 2015, lors de la journée portes ouvertes, GAIT UP présentera son travail aux différents services de Mont-Paisible 16 et organisera pour les visiteurs des analyses de marche et des exercices pratiques avec des physiothérapeutes et ergothérapeutes.



## Recommandation du Jour :

*"Je mange bien, je bouge bien "*

*La santé est une préoccupation individuelle de premier plan.*

Pratiquer une activité physique régulière est bénéfique pour la santé. En 2012, près de trois quart des suisses avaient une activité physique correspondant aux recommandations de santé publique. Cependant la sédentarité augmente avec l'âge et moins de 10% des personnes âgées auraient une activité physique suffisante.

Une alimentation déséquilibrée peut non seulement accroître le risque de surpoids mais aussi de cancer, de diabète ou de maladies cardiovasculaires. Si les femmes font davantage attention à leur alimentation que les hommes (75% contre 61%), la consommation d'une quantité minimum de fruits et légumes reste très insuffisante (respectivement 26% et 12%). Le surpoids et l'obésité représentent des facteurs de risque importants : en 2012, 39% des hommes étaient en surpoids, dont 11% d'obèses; quant aux femmes, 23% d'entre elles étaient en surpoids, dont 9% en situation d'obésité.

Pour les personnes de plus de 65 ans, toute activité physique (loisirs, déplacements en vélo ou à pieds, tâches ménagères, sports etc..) est réellement bénéfique pour leur santé et devrait être pratiquée au quotidien. Une activité physique régulière diminue le stress, soulage la dépression, l'anxiété et augmente le bonheur !



*«Le vrai mal de la vieillesse n'est pas l'affaiblissement du corps, c'est l'indifférence de l'âme»*  
André Maurois (1939)