



## Polymédication chez les personnes âgées

🕒 paru le 01/04/2020 • traduit du néerlandais

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

### De quoi s'agit-il ?

Les médicaments posent des problèmes particuliers chez les personnes âgées. Ces personnes souffrent souvent de plusieurs maladies en même temps en raison de leur grand âge, et elles doivent suivre différents traitements (polymédication). Chacun de ces traitements peut avoir des effets secondaires. Et les différents médicaments peuvent aussi avoir une influence les uns sur les autres. Ils peuvent se renforcer, mais aussi s'atténuer mutuellement, et ils peuvent ensemble provoquer de nouveaux effets secondaires.

Comme la fonction du foie et la fonction des reins sont diminuées chez la personne âgée, les médicaments sont dégradés plus lentement, et leur dose doit être adaptée en fonction de l'âge.

Bien suivre son traitement est problématique en cas de pertes de mémoire ou de démence débutante. Dans ce cas, il est fréquent que la personne âgée ne prenne pas ses médicaments, ou ne les prenne pas à temps ou pas à la bonne dose. C'est pourquoi il est important de conclure des accords clairs entre le médecin, le patient, sa famille et les infirmières à domicile.

### Que pouvez-vous faire ?

Demandez à votre médecin de préparer une liste des médicaments nécessaires. Renouvelez la liste chaque fois qu'un nouveau médicament est ajouté ou qu'un médicament est retiré. Achetez un pilulier chez le pharmacien et préparez les médicaments pour toute la semaine. Si vous trouvez cela difficile, demandez aux infirmières à domicile de le faire à votre place.

Chez les personnes âgées atteintes de démence, il est préférable qu'une personne de l'entourage ou l'infirmière à domicile garde les médicaments et les administre elle-même.

Demandez toujours à votre médecin à quoi servent les médicaments. Vous serez ainsi mieux disposé à bien les prendre. N'arrêtez jamais un médicament de votre propre initiative.

Gardez un cahier où vous notez les changements que vous remarquez. De cette façon, les éventuels effets secondaires peuvent être détectés dès le début du traitement. Il n'est pas toujours facile de savoir s'il s'agit d'un effet secondaire ou d'une nouvelle maladie. En cas de doute, n'hésitez pas à appeler ou consulter votre médecin. Parfois, le problème est résolu en ajustant la dose ou en la prenant à un autre moment de la journée.

Actuellement, il existe de nombreux médicaments génériques sur le marché en plus des produits de marque d'origine. Demandez au médecin et au pharmacien de toujours vous donner la même marque afin que la forme et la couleur des comprimés ne changent pas, car cela peut être très déroutant.

La prévention joue un rôle important. En plus d'une alimentation saine, l'exercice physique est important, au besoin sous la supervision d'un kinésithérapeute.

## Que peut faire votre médecin ?

Le médecin commence par évaluer votre état de santé. Ensuite, il établit un plan de traitement pour chaque maladie. Il détermine si le traitement est curatif (vise la guérison) ou symptomatique (ne fait que soulager les symptômes). Dans ce dernier cas, il juge si les avantages du traitement pour la qualité de vie l'emportent sur les effets secondaires possibles. Par exemple, un somnifère peut vous permettre de mieux dormir, mais peut aussi provoquer de la confusion, des chutes ou la nécessité de se lever souvent pour aller aux toilettes.

Le médecin doit toujours essayer de limiter les médicaments et de maintenir la dose nécessaire la plus faible et le nombre d'administrations par jour le plus petit possible.

Le médecin dispose de la liste des médicaments qu'il vaut mieux ne pas administrer à des personnes âgées. Il vérifiera si vous êtes capable de gérer les traitements. Si nécessaire, il fait intervenir quelqu'un pour vous aider. À intervalles réguliers, il vérifie si la liste des médicaments est toujours correcte, surtout après une hospitalisation ou en commençant un nouveau médicament.

## Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Révision des médicaments d'un patient âgé' \(2000\), mis à jour le 12.06.2017 et adapté au contexte belge le 22.11.2019 - ebpracticenet](#)