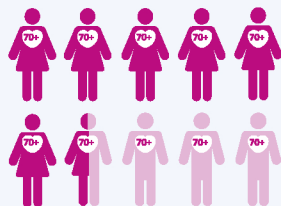
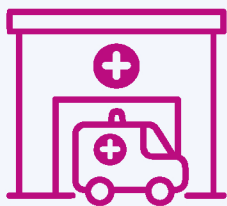


Les traumatismes et les chutes chez les personnes âgées de 70 ans et plus

LES PERSONNES ÂGÉES ET LE RISQUE DE TRAUMATISME



Parmi les personnes âgées de 70 ans et plus qui se rendent aux urgences, **66% sont des femmes**

70+

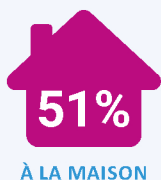
Aux urgences, **1 visite sur 4** liée à une blessure concerne une personne âgée de 70 ans et plus

Aux urgences, **1 visite sur 4** impliquant une personne âgée de 70 ans ou plus, aboutit à une hospitalisation



OÙ ET COMMENT SE PRODUISENT LES TRAUMATISMES ?

Les traumatismes se produisent en majorité à **domicile** (51%), suivis par les traumatismes dans d'autres lieux tels que les **maisons de soins ou de retraite** (17%) et sur la **voie publique** (8%)



À LA MAISON

Les chutes peuvent se produire lors de :

- la toilette personnelle
- le repos ou le sommeil,
- la cuisine ou les tâches ménagères,
- l'alimentation ou l'hydratation,
- les activités de loisir



Les **chutes** sont la principale cause de blessures, représentant **83% de tous les cas**



49% DE PLAIN-PIED



17% DEPUIS UNE HAUTEUR



12% DANS LES ESCALIERS

L'IMPACT DANS LA VIE QUOTIDIENNE



La guérison d'une blessure chez une personne âgée, suite à une chute, peut durer jusqu'à **9 mois**

Les chutes peuvent entraîner :

Une perte d'autonomie

La peur de tomber à nouveau, entraînant des difficultés à faire les choses seules

L'isolement et l'augmentation du stress ou de la dépression

Une perte de mobilité et de confiance en soi

COMMENT RESTER EN SÉCURITÉ ?



Sécuriser le domicile :
encourager l'installation de barres d'appui, améliorer l'éclairage et utiliser des tapis antidérapants dans les zones clés



Renforcer le corps :
recommander des exercices réguliers d'équilibre et de renforcement musculaire



Adapter les médicaments :
effectuer des examens réguliers afin de réduire les risques de chute

Que vous soyez un ami, un proche, un médecin, un pharmacien ou tout autre professionnel - n'hésitez pas à parler de la prévention des chutes !

