

Surveiller et prévenir les maladies de l'aidant (1)

Habités à accompagner un membre de leur entourage en situation difficile, les aidants familiaux pensent rarement à demander de l'aide pour eux-mêmes. Pour autant, il apparaît que l'aidant consulte plus son médecin, consomme plus de médicaments et présente un taux de mortalité supérieur à celui d'une population contrôlée.

➤ L'état de santé des aidants

L'aidant subit les conséquences d'une situation difficile et non désirée, à savoir la « dépendance » de son parent. L'étude PIXEL a ainsi identifié des « aidants fragiles » (femmes âgées notamment) qui presque tous (90 %) se sentent déprimés et qui, pour 79 % d'entre eux, se déclarent en mauvaise santé. Globalement, les aidants estiment que s'occuper du malade entraîne un retentissement sur leur santé. Ceci se traduit par :

Des problèmes de santé, fortement liés au stress de l'aidant

Une étude américaine a montré un risque de surmortalité de 63 % des aidants par rapport à celui des non aidants de l'échantillon de référence, s'ils subissent une charge émotionnelle trop importante. Parallèlement, chez les aidants familiaux de malades Alzheimer, des pathologies spécifiques ont été mises en avant : altération de la réponse immunologique, cicatrisation cutanée moins rapide, hypercortisolémie.

Un défaut de soins

L'aidant n'a pas le temps par exemple de refaire faire ses verres de lunettes ou de se faire soigner ses dents.

Des problèmes psychologiques, du stress et une qualité de vie détériorée

Une étude européenne, réalisée auprès de 300 aidants de personnes âgées atteintes de démence, menée par le LEGOS de l'Université Paris IX-Dauphine en collaboration avec l'Unité 500 de l'INSERM à Montpellier a mis en avant que 71 % des aidants présentaient des symptômes dépressifs, 50 % des excès de fatigue et 56 % des troubles du sommeil. Autre exemple : parmi les aidants familiaux des personnes myopathes, 10 % exprimeraient une symptomatologie anxiodépressive pathologique.

Dr. Sylvie Gilot et Julie Vedovati, journaliste – HealthExperts

Références

- Thomas P. et al., *Les aidants familiaux dans le quotidien de la démence, la place de l'aide aux aidants*, *La Revue Francophone de Gériatrie et de Gérontologie*, 2007 ; 14 (140) : 548-553. Etude PIXEL. Consultable sur www.proximologie.com
- Joël M.E., Mizrahi An., Mizrahi Ar., *Prise en charge des personnes âgées : consommation médicale et aidants familiaux*, In : « Livre blanc de la gériatrie », ouvrage collectif, ESV Production, Paris, 2004, 431 pages
- Vedhara K. et al., *Chronic stress in elderly carers of dementia patients and antibody response to influenza vaccination*, *Lancet*, 1999 ; 353(9153) : 627-631
- Bauer M.E. et al., *Chronic stress in caregivers of dementia patients is associated with reduced lymphocyte sensitivity to glucocorticoids*, *J. Neuroimmunol.*, 2000 ; 103(1) : 84-92
- Kiecolt-Glaser J.K. et al., *Slowing of wound healing by psychological stress*, *Lancet*, 1995 ; 346(8984) : 1194-1196
- Boyera F. et al., *Les aidants familiaux des personnes myopathes : liaisons entre charge de soins, qualité de vie et santé mentale*, *Annales de Réadaptation et de Médecine Physique*, 2006 ;49 (1) : 16-22