VISage
Vienne Santé Gérontologie

« VISage à découvert »
La lettre mensuelle (Juin 2004) – N° 7 -

LA DESHYDRATATION de la PERSONNE AGEE

La **déshydratation** est une des pathologies les plus fréquentes chez la personne âgée, du fait des **modifications physiologiques** complexes survenant avec l'âge.
Si elle n'est pas dépistée ou corrigée à temps, **ses conséquences** peuvent être graves : surdosage médicamenteux (médicaments à élimination rénale et insuffisance rénale fonctionnelle consécutive à la déshydratation), altération des fonctions cognitives à type de confusion mentale, bradypsychie ou simple asthénie (bas débit cérébral et déshydratation intra cellulaire neuronale) avec perte rapide de l'autonomie, malaises avec chutes et fractures (hypotension), thrombose veineuse ou artérielle (hémoconcentration)....
Le ionogramme sanguin (créatinine, urée, sodium) doit être prescrit assez facilement pour affirmer et quantifier la déshydratation.

Facteurs de risque de déshydratation

Age >85 ans
Réduction de la soif
Accès à l'eau difficile (Handicap)
Désordres cognitifs
Troubles de la déglutition
Anorexie
Diurétiques
Laxatifs
Maladie aigue (fièvre, diarrhée, vomissements)
Isolement

(D'après la Revue de Gériatrie Tome 26, n°10 p 805)

Il faut informer les personnes âgées sur les quantités de boissons nécessaires (1 à 1,5 litres par jour), les inciter à boire sans soif, fréquemment, en conseillant un large éventail de boissons (eau éventuellement aromatisée, thé, café, ...).
Si le **sujet est dépendant**, le rôle des aides et/ou de la famille est déterminant pour qu'il boive régulièrement. Un des points essentiels est **l'accès aux boissons** pour des patients qui sont peu mobiles ou dont la vigilance ou le comportement est perturbé.

Site Internet (fiche technique, conduite à tenir en cas de canicule...) : www.udiage.org et www.santé.gouv.fr

CONSEILS POUR LES AIDANTS A DOMICILE DES PERSONNES AGEES FRAGILES, AU MOMENT DES FORTES CHALEURS

La personne âgée ne ressent le besoin de se protéger de la chaleur qu'après une élévation de plusieurs degrés de la température cutanée (3 à 5°C). Il est donc nécessaire de la conseiller pour se protéger d'une augmentation trop importante de sa température corporelle qui pourrait entraîner un coup de chaleur aux conséquences gravissimes.
Lors de prévision d'une vague de chaleur, outre les principes de protection contre la chaleur rappelés ci-dessous, il faut proposer aux personnes ayant un risque majeur de consulter leur médecin afin d'adapter leur prise en charge et éventuellement leur traitement médicamenteux.

Durant les fortes chaleurs : Maintenir la température de l'habitation la plus basse possible
- Fermer les volets, stores, rideaux, tant que la température extérieure est plus élevée que la température intérieure. Par contre quand elle est plus basse ouvrir au maximum les portes et les fenêtres pour favoriser les courants d'air.
- Si la personne habite un appartement exposé à la chaleur sans possibilité de rafraîchissement, organiser si possible quotidiennement une sortie dans un lieu rafraîchi ou climatisé ; en cas d'impossibilité, de conseiller l'achat d'un ventilateur, en rappelant qu'il faut se mouiller régulièrement pour que ce ventilateur ait une efficacité ; et revenir la voir dans la journée.

Lutter contre l'élévation de la température corporelle par :
- Dans la mesure du possible une douche fraîche ou en cas d'impossibilité une toilette du corps entier
- Un habillage léger ample et en coton
- Des pulvérisations répétées d'eau fraîche sur le visage et la nuque
- Des gants de toilette mouillés peuvent être stockés dans le frigidaire et être appliqués sur le visage
- Favoriser une alimentation froide et riche en eau (fruits, crudités, ...)
- Prévoir une procédure d'évaluation de la consommation journalière d'eau, surtout s'il existe plusieurs intervenants.

Organiser l'accompagnement :
- Susciter l'inscription des personnes âgées, handicapées ou vulnérables de votre famille dont vous vous occupez, auprès de la mairie, afin qu'elle puisse bénéficier éventuellement de visites régulières (de bénévoles et/ou professionnels)
- S'assurer de relais d'entraide et de solidarité
- Prendre régulièrement des nouvelles au minimum par téléphone
- Ne pas hésiter à de nombreuses reprises à conseiller à la personne âgée sur les conduites de protection à adopter.

Repérer les signes d'alerte. Rechercher systématiquement des signes pouvant être banalisés par la personne âgée (voir ci-dessus).

MESSAGE RESEAU

› Nous vous remercions de continuer à nous tenir au courant de l'évolution des situations des patients bénéficiaires du Réseau de Santé Gérontologique VISage, tant au niveau des problématiques médicales que sociales : mutation en maison de retraite ou hôpital ou décès ; et de continuer à nous signaler les patients qui pourraient bénéficier de la coordination de soins gérontologiques.
› Actuellement, 79 patients sont bénéficiaires du Réseau (6 sont actuellement hospitalisés avec projet de retour à domicile), et 154 professionnels de santé sont partie prenante.

réseau gérontologique VISage - Centre Hospitalier Lucien Hussel – BP 127 - 38209 VIENNE cedex
n° finess : 960820108
✍ : visage@ch-vienne.rss.fr - ✍ : secretariat.visage@ch-vienne.rss.fr - ☎ : 04.74.31.32.97