

**Zeitschrift:** PS info : nouvelles de Pro Senectute Suisse  
**Herausgeber:** Pro Senectute Suisse  
**Band:** - (2011)  
**Heft:** 1: Vieillesse et addiction : un sujet tabou

**Artikel:** Addictions chez les aînés : anciens et nouveaux défis  
**Autor:** Graf, Michel  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-789365>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 08.02.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Addictions chez les aînés : anciens et nouveaux défis

**Si la consommation d'alcool constitue le problème d'addiction majeur chez les personnes âgées, avec 12,3% des plus de 65 ans, soit un aîné sur huit, ayant une consommation à risque, d'autres dépendances existent aussi, y compris celles liées aux drogues illégales !**

**Michel Graf** – Directeur d'Addiction Info Suisse, Lausanne



A partir de la soixantaine, la consommation d'alcool peut poser plus de problèmes qu'auparavant. En vieillissant, la quantité d'eau présente dans l'organisme diminue ; l'alcool consommé est donc dilué dans une plus faible quantité de liquide, générant des alcoolémies plus élevées à quantité d'alcool égale. De plus, la tolérance à l'alcool diminuant, les effets d'ébriété sont plus

fortement marqués. Ainsi, la consommation d'alcool peut provoquer plus rapidement des dommages physiques ou engendrer une dépendance. Sans oublier l'augmentation des risques d'accident, notamment les chutes. De plus, l'alcool est contre-indiqué avec de nombreux médicaments, qui sont consommés beaucoup plus fréquemment et en plus grande quantité par cette population, pour d'évidentes raisons de santé.

## La retraite, une étape

Pour deux tiers des personnes âgées ayant un problème d'alcool, celui-ci a démarré bien avant l'âge de la retraite et n'a fait que s'accroître ensuite. Pour un tiers des aînés cependant, c'est cette étape qui marque le début d'une consommation problématique. En effet, la fin du rôle et des défis professionnels peut donner un sentiment d'inutilité ; la déstructuration des journées peut déstabiliser, donnant tout à la fois une sensation de liberté et de vide. Tout cela peut faire baisser fortement l'estime de soi de certains aînés et les conduire à des états dépressifs ou à des stress élevés. Le risque de recourir à l'alcool pour les soulager est alors fort, essentiellement chez les hommes. Isolement social, diminution des capacités, déprime : les femmes sont elles aussi dans des situations de risques similaires à l'âge de la retraite. Proportionnellement toutefois, elles sont nettement moins nombreuses à abuser de l'alcool. C'est bien plus le recours aux médicaments qui doit ici préoccuper.

## Que voir, que dire ?

Les symptômes d'une consommation problématique se confondent fréquemment avec ceux du vieillissement : troubles de la mémoire, pertes d'équilibre, insomnies, troubles digestifs et de l'appétit, angoisses, etc. Souvent l'entourage, après avoir constaté certains de ces signes, n'ose rien dire. Pourtant, la dépendance alcoolique, comme toutes les addictions, est une source de souffrance à tout âge ; il vaut donc toujours la peine de réagir ! Pourquoi ne pas parler avec la personne concernée de ce qu'on constate, des soucis que l'on a pour elle, sans juger ni faire la morale ? On peut aussi l'encourager à en parler avec son médecin, voire lui proposer de l'accompagner dans cette démarche. Les services de consultation spécialisés proposent aussi du soutien aux proches.

## Nouveaux défis

Le futur proche nous confronte à de nouvelles réalités : comment accompagner les héroïnomanes arrivant à la soixantaine ? Les EMS sont-ils adaptés pour les accueillir, pour gérer des programmes de substitution, voire des suivis HIV ? La question des fumeurs a déjà ébranlé les lieux de vie des aînés un peu partout en Suisse, posant de nombreuses questions éthiques et pratiques. Les aînés ont les mêmes droits que les autres, la collectivité a les mêmes devoirs de les protéger et les aider. Pour les addictions aussi, il s'agit de ne pas l'oublier, ni de les oublier !