

Vigilance face à un changement de comportement d'un parent âgé

Le site du Docteur Jean-Christophe APPEL

Adresse du site : www.docvadis.fr/jean-christophe-appel

 Validé par
le Comité Scientifique Médecine générale

La dépression de la personne âgée est fréquente. Si elle est souvent masquée, différents signes peuvent néanmoins alerter l'entourage. Il faut être vigilant.

Etre attentif(ve) à partir d'un certain âge ?

La dépression touche près d'une personne sur quatre à partir de 60 ans. A partir de cet âge, on parle alors de dépression du sujet âgé. Elle est plus fréquente chez les femmes, notamment chez les veuves, les personnes isolées ou celles souffrant de maladies graves, douloureuses ou handicapantes.

Quels signes doivent m'alerter ?

La dépression évolue souvent de manière insidieuse. Elle est fréquemment masquée par les symptômes d'autres maladies liées à l'âge (fatigue, douleurs...). Les signes ne sont pas toujours ceux que l'on trouve dans la dépression du sujet plus jeune. Ils sont souvent moins expressifs. Certains signes ne doivent pas être attribués à l'âge. Ils peuvent alerter sur une dépression qui sera traitée.

Vous devez en parler à votre médecin ou au médecin de votre parent, si un ou plusieurs de ces signes vous alertent :

- Une instabilité de l'humeur, de l'agressivité, de la colère, une confusion.
- Des somatisations fréquentes (douleurs à répétition).
- Une démotivation, un ennui, une mélancolie, une impression d'inutilité.
- Un repli sur soi, un isolement.

- Une angoisse, surtout exprimée le matin.
- Une dépendance exagérée.
- Des troubles de la mémoire.

La dépression peut se traduire par des signes visibles dans la vie quotidienne, comme des troubles du sommeil, un amaigrissement, une perte d'appétit ou le refus de communiquer avec l'entourage.

Dans quelles situations dois-je être plus attentif(ve) ?

La dépression est une maladie à part entière, et l'âge n'est pas en soi l'une de ses causes. Des situations peuvent majorer le risque de dépression. Une maladie chronique, la prise de médicaments ou des événements comme le changement de mode de vie, une séparation, un deuil, le confinement à domicile, la perte de liens sociaux ou familiaux, la perte de rôle social, la survenue d'une maladie grave, douloureuse ou handicapante.

En quoi une dépression peut-elle être plus grave chez la personne âgée ?

Ses conséquences sont plus lourdes sur le plan humain, parce qu'elle passe souvent inaperçue au début. De ce fait, elle est rarement prise en charge à temps. La personne plus âgée se replie sur elle-même, ne voulant pas déranger son entourage.

Peut-on traiter ce type de dépression ?

Il est souvent délicat de répondre à la dépression d'un sujet âgé par la prescription d'un médicament antidépresseur. Un antidépresseur peut être contre-indiqué avec les autres traitements ou bien il peut entraîner des somnolences et donc des risques de chutes. Avant de débuter un tel traitement, il faut prendre en compte les spécificités du sujet âgé et s'assurer que les symptômes ne cachent pas une autre pathologie. Parfois, une hospitalisation peut être nécessaire afin de bien mettre en place le traitement et, éventuellement, de coordonner une prise en charge faisant intervenir différents acteurs (psychothérapeute, ergothérapeute, kinésithérapeute...). La mise en place d'une aide à domicile, l'incitation à la participation sociale (club du 3e âge, université du 3e âge...) font également partie de la stratégie thérapeutique.

Sa dépression peut-elle masquer une autre maladie ?

Oui. La dépression peut être la conséquence de l'installation de certains déficits intellectuels, notamment lors de l'apparition des premiers signes de démence ou de la maladie d'Alzheimer. On considère également

que la dépression est un signe qui accompagne certaines maladies ; c'est notamment le cas de la maladie de Parkinson. Pour cette raison, on peut décider de faire passer des tests ou de programmer des consultations spécialisées.

Comment puis-je prévenir une dépression chez un de mes proches parents ?

Soyez attentif(ve) au moindre signe, à la moindre plainte ou lors de situations particulières dans la vie de votre parent, de votre famille ou de votre entourage. Les voyages, les rencontres, les associations, l'université du 3e âge, la culture sont autant d'activités qui sont conseillées et que vous devez proposer. Elles aident à structurer le temps, permettent de s'ouvrir aux autres et empêchent de se replier sur soi avec souvent des pensées douloureuses. Certaines activités permettent à la personne âgée de reprendre un rôle dans la vie active et de partager son expérience.

L'entourage d'une personne âgée doit être particulièrement vigilant au risque de dépression auquel elle est exposée, notamment dans des circonstances qui majorent ce risque (deuil, séparation, maladie...). N'hésitez jamais à signaler tout changement de comportement à votre médecin ou à celui de votre parent.