



Chez les seniors, le cocktail risqué de l'alcool et des médicaments

SYLVIE LOGEAN
@SylvieLogean

MÉDECINE Age, boisson et traitements thérapeutiques ne font pas bon ménage chez les plus de 65 ans, rappellent les experts dans le cadre de la stratégie nationale sur les addictions

Si grand-maman Berthe ou grand-papa Fernand, dont l'armoire à pharmacie ressemble à un rayon bien garni de supermarché, yoyote ou pique du nez après son repas de midi arrosé, prudence: si se pourrait bien que ce cocktail ne lui soit pas des plus favorables. Le mélange d'alcool et de certains médicaments peut en effet s'avérer pour le moins hasardeux pour les personnes âgées, comme l'a rappelé un groupe d'experts réuni à Berne le 6 mai dernier à la 3e Conférence des parties prenantes de la stratégie nationale Addictions.

«Certains médicaments peuvent avoir des effets sur la mobilité et l'équilibre»

CHRISTOPHE BÜLA, CHEF DU SERVICE DE GÉRIATRIE DU CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE VAUDOIS (CHUV)

Il faut dire qu'au moment de siroter un verre, les aînés ne sont pas en reste. Selon l'Enquête suisse sur la santé 2017, c'est chez les 65 ans et plus que la proportion de personnes buvant quotidiennement de l'alcool est la plus élevée. La consommation chro-

nique à risque serait en outre plus répandue chez les individus âgés que chez les moins de 65 ans (6% contre 5%). Rappelons que, selon l'Office fédéral de la santé publique et les normes internationales en vigueur, une consommation jugée comme problématique commence à 2 verres standard par jour en moyenne pour les femmes et 4 verres pour les hommes.

En parallèle, les plus de 65 ans sont également nombreux à cumuler différents médicaments. Ainsi, ces derniers prendraient quotidiennement 5,6 traitements de manière concomitante, selon un rapport réalisé en 2017 par l'assureur Helsana. Or, les médicaments et l'alcool ont tendance à être moins bien éliminés en vieillissant. «A dose égale, on observe une concentration de substance active dans le sang plus élevée à 70 ans qu'à 30, notamment à cause de la baisse de la capacité du foie à métaboliser ce que l'on ingère», confirme Jérôme Berger, pharmacien au Centre universitaire de médecine générale et santé publique, à Lausanne.

Par ailleurs, avec l'âge, la proportion d'eau dans le corps diminue, si bien que le niveau d'alcoolémie grimpe plus rapidement. «Diverses interactions avec des traitements sont possibles, dont la nature et l'intensité varient entre les individus, notamment selon leur tolérance à l'alcool et le type de consommation. Lorsque cette dernière est ponctuelle et à faible dose, il y a toutefois peu de médicaments qui entraînent un risque d'interactions cliniquement significatives», tempère le pharmacien.

Effet sédatif renforcé

Les effets secondaires des médicaments peuvent néanmoins être accentués par une consommation chronique d'alcool. La prise simultanée de ces deux substances peut ainsi entraîner des lésions de la muqueuse gastrique – notamment lors d'un traitement par anti-inflammatoires non stéroïdiens ou aspirine – et du foie, ainsi qu'une forte somnolence, des chutes de tension ou encore de l'hypoglycémie. «Certains médicaments peuvent avoir des effets sur la mobilité et l'équilibre, décrit Christophe Büla, chef du service de gériatrie du Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV) à Lausanne. Si on y rajoute l'absorption de boissons alcoolisées, on multiplie les risques de chutes et de fractures sévères. C'est ce que l'on craint le plus avec les personnes âgées.»

L'alcool peut également modifier l'effet des antihypertenseurs et des anticoagulants comme le Sintrom. D'autre part, l'une des interactions pharmacodynamiques les plus fréquentes en lien avec la consommation de boissons alcoolisées, même à faible dose, est le renforcement de l'effet sédatif des médicaments agissant au niveau du système nerveux central tels que les antidépresseurs, les antipsychotiques, les somnifères, les anxiolytiques, les neuroleptiques, les antiépileptiques ou encore les opioïdes comme la morphine.

«Plusieurs études ont montré qu'une consommation modérée d'alcool avait un effet bénéfique sur le système cardiovasculaire et pouvait diminuer le risque de démence, analyse Christophe Büla. Néanmoins, lorsqu'il est pris



conjointement à des benzodiazé- boire lorsque l'on prend de tels
pines par exemple, l'alcool peut traitements.» ■
favoriser l'apparition d'un état
confusionnel ou le déclin des per-
formances cognitives. C'est pour-
quoi il vaudrait mieux éviter de



Les plus de 65 ans prendraient quotidiennement 5,6 traitements de manière concomitante. (SHUTTERSTOCK)