

De la discipline récente à la chaire

L'Université de Zurich tient compte de l'évolution démographique et crée une nouvelle chaire de gériatrie et de gérontologie. Le Prof. Dr méd. Heike A. Bischoff-Ferrari devient en parallèle directrice de la nouvelle clinique de gériatrie de l'USZ.



Photo: mise à disposition

Le Prof. Dr méd. Heike A. Bischoff-Ferrari, DrPH, a été nommé professeur extraordinaire de gériatrie et de gérontologie à compter du 1^{er} mai 2013.

Toutes nos félicitations pour votre nomination au poste de professeur extraordinaire de gériatrie et de gérontologie. Pourquoi cette nouvelle chaire?

En 2030, une personne sur trois aura 65 ans ou plus. Le vieillissement devient donc un enjeu majeur. En tant qu'êtres humains, nous souhaitons vieillir en bonne santé, avec une qualité de vie élevée et en restant autonomes. Le succès d'un pays, et en particulier de la Suisse, dépend de plus en plus des seniors, parce que le nombre de jeunes diminue. La politique sanitaire est préoccupée par le financement de l'explosion des maladies chroniques liées au vieillissement. Dans ces trois domaines, la santé des personnes âgées est décisive. Quand on est en bonne santé, on peut être autonome et jouer un rôle actif dans la société. Une meilleure santé est en outre la manière la plus efficace de réduire les frais dans le secteur de la santé. La nouvelle chaire doit contribuer à améliorer significativement la prévention et le traitement des maladies chroniques liées à l'âge. Deux éléments sont importants dans ce concept: la mise en place d'un service clinique et la gérontologie clinique proche de la pratique. Il s'agit de combler les lacunes en gériatrie, d'attirer de jeunes médecins vers cette discipline récente et, à l'échelle de la société, d'augmenter l'espérance de vie en bonne santé. L'objectif de la gérontologie moderne et de la gériatrie en tant que discipline est de promouvoir et de préserver l'autonomie des seniors.

Concrètement, quelles sont les missions de la chaire?

Elle a été créée pour la population avec pour objectif de faire progresser la gériatrie en tant que discipline et de promouvoir la santé des personnes âgées. Elle doit notamment combler les lacunes en gériatrie et être le moteur de soins cliniques optimaux pour les seniors. La gérontologie proche de la pratique est importante dans ce cadre et doit également contribuer à attirer de jeunes médecins vers ce domaine. Comme c'est une discipline universitaire récente, ils peuvent grandement faire bouger les choses et

il reste de nombreuses inconnues à clarifier. Celles-ci sont apparues parce que les seniors ont été systématiquement écartés des études cliniques. La plupart des traitements aujourd'hui utilisés en médecine ont été étudiés sur des personnes d'âge moyen et nous avons découvert que les résultats n'étaient pas toujours applicables aux personnes plus âgées. Pour permettre des recherches en gérontologie proches de la pratique, l'Université de Zurich et l'Hôpital communal de Waid ont fondé conjointement le Zentrum Alter und Mobilität (Centre d'étude du grand âge et de la mobilité), lequel a déjà permis des découvertes importantes. Il mène à présent la plus grande étude sur le grand âge d'Europe (DO-HEALTH), est durablement maintenu en tant qu'élément de la nouvelle chaire et reste soutenu et encouragé par l'Université et la ville de Zurich. Mais la nouvelle chaire a également pour mission de transposer les connaissances nouvellement acquises dans la pratique clinique, ce qui implique de promouvoir et de soutenir la collaboration entre toutes les structures importantes pour les soins aux personnes âgées de la ville de Zurich – Hôpital Universitaire de Zurich (USZ), service de gériatrie aiguë de l'hôpital de Waid, maisons de retraites médicalisées ou non, soins de transition, services d'aide et de soins à domicile et surtout médecins de famille.

La prévention des chutes est l'un des pivots de vos activités de recherche jusqu'ici. Quels sont les résultats à ce jour?

Les faits sont là: à 65 ans, une personne sur trois tombe une fois par an, à 80 ans, une personne sur deux. Neuf pour cent des victimes de chute finissent aux urgences, six pour cent souffrent d'une fracture, ce qui montre que la chute est un événement clé fréquent, qui doit être prévenu. Même en l'absence de blessure, les personnes âgées restreignent souvent leur mobilité après être tombées, de peur de recommencer. Leur qualité de vie diminue et leur immobilité croissante favorise un affaiblissement musculaire accru, donc d'autres chutes. La conséquence la plus grave d'une chute est la fracture de la hanche et 40 pour cent des admissions en établissement médico-social (perte d'autonomie) sont dues à une chute. Il existe pourtant des stratégies documentées pour réduire les risques. La vitamine D est la plus simple. Nous avons pu montrer dans une première étude publiée en 2003 et réalisée dans les services de soins de longue durée de l'Hôpital Felix Platter et de l'Hôpital cantonal de Bâle que la vitamine D réduit de 49 pour cent le risque de chute chez les seniors. De nombreuses autres études ont depuis attesté ce bénéfice, y compris chez les seniors en bonne santé. Selon ces résultats, un dosage de vitamine D de 800 UI par jour permettrait de prévenir un tiers des chutes et des fractures de la hanche. Ces preuves scientifiques ont amené l'OFSP à conseiller 800 UI de vitamine D par jour à partir de 60 ans dans ses nouvelles recommandations de 2012. Une avancée d'autant plus précieuse que la vitamine D est une stratégie économique, bien tolérée, agissant à la fois sur les muscles et les os. Nous étudions actuellement son influence sur d'autres systèmes organiques.

Quels sont les projets de recherche en cours ou prévus?

L'un des projets majeurs est DO-HEALTH. Alors que j'étais professeur boursier, nous avons préparé DO-HEALTH au Zentrum Alter und Mobilität au travers d'études pilotes et l'avons élaboré au sein d'un réseau d'universités suisses et européennes. En Suisse, outre de nombreux départements de l'Hôpital Universitaire de Zurich (traumatologie, gastro-entérologie, chimie clinique, infectiologie, médecine de famille, cardiologie, clinique d'ophtalmologie), les Universités de Bâle (Prof. Reto Kressig) et de Genève (Prof. René Rizzoli) sont fortement impliquées et incluent des participants. Au niveau international, les Universités de la Charité, d'Innsbruck, de Toulouse et de Coimbra font de même. Ce grand projet est dirigé par le Zentrum Alter und Mobilität de l'Université de Zurich et de l'Hôpital communal de Waid. DO-HEALTH est soutenu à hauteur de six millions d'euros par l'UE et doit vérifier si trois stratégies simples (dont la vitamine D) permettraient d'améliorer le fonctionnement à un âge avancé de la quasi-totalité des systèmes organiques (os, muscles, cœur, cerveau, immunité, articulations, dents, yeux), contribuant ainsi à retarder le vieillissement physiologique et à prolonger l'espérance de vie en bonne santé.

DO-HEALTH recherche des participants supplémentaires de 70 ans et plus et nous serions ravis d'accueillir des seniors souhaitant prendre part à ce projet historique en faveur de la santé à un âge avancé. Des informations complémentaires sont disponibles sur <http://do-health.eu/wordpress/do-health-schweiz-2/>. La gérontologie moderne a pour but d'allonger l'espérance de vie en bonne santé. Si elle pouvait être augmentée de sept ans, nous pourrions diviser par deux le risque de toutes les maladies chroniques telles qu'incidents cardio-vasculaires, cancer et ostéoporose. DO-HEALTH doit y contribuer. ■

DO-HEALTH: à la recherche de participants

Nous cherchons des personnes de 70 ans ou plus, mobiles, vivant chez elles de manière autonome, pour participer à l'étude clinique DO-HEALTH, dont l'enjeu est de vérifier dans quelle mesure la vitamine D₃, les acides gras oméga-3 et un programme simple d'entraînement à domicile peuvent contribuer à la prévention de maladies chroniques à un âge avancé. Les recherches portent notamment sur la prévention des fractures et des chutes, des dégradations fonctionnelles, de l'hypertension, des baisses de performances cognitives et des douleurs liées à l'arthrose articulaire. L'étude dure trois ans, pendant lesquels les participants sont conviés une fois par an au centre d'étude pour un examen clinique et joints trimestriellement par téléphone pour un entretien de 30 minutes environ. Les données recueillies sont traitées de manière strictement confidentielle. Les frais de déplacement sont remboursés. Le médecin de famille reste responsable du suivi médical en dehors de l'étude.

Renseignements complémentaires par téléphone:

- pour Zurich (Prof. H. A. Bischoff-Ferrari, directrice de l'étude DO-HEALTH): Zentrum Alter und Mobilität, Université de Zurich et Hôpital communal de Waid: 044 366 27 41
- pour Bâle (Prof. Reto W. Kressig): Clinique Universitaire de Gériatrie, Hôpital Felix Platter: 061 326 47 51
- pour Genève (Prof. René Rizzoli): Hôpitaux Universitaires de Genève, HUG: 022 372 99 74
- ou <http://do-health.eu/wordpress/>