

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 10 (1980)  
**Heft:** 2

**Rubrik:** Les conseils du médecin : vieillir en Suisse

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### 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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### 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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 09.01.2026

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

## Les conseils du médecin



Professeur Eric Martin

# Vieillir en Suisse

Un rapport intéressant\*

Cet article du Dr Eric Martin nous est parvenu quelques jours avant sa mort. Nous le publions avec émotion et respect, et nous renvoyons nos lecteurs à l'Editorial qui, en page 2, rend hommage au disparu.

L'administration fédérale ne nous gratifie guère de documents attrayants et d'une lecture facile. Il faut donc saluer avec reconnaissance «Vieillir en Suisse», rapport 1979. La couverture bleu azur de ce volume ornée d'une photographie où l'on voit des personnes âgées au visage avenant et sympathique, retient l'attention. Il s'agit d'une étude approfondie des problèmes de la vieillesse, le fruit du travail d'une petite commission fort bien inspirée et qui nous soumet un document d'une grande utilité. Ce document, il faut le lire tranquillement, et ce que nous allons en dire aujourd'hui dans le cadre de cette brève chronique ne représente que quelques remarques.

Une première constatation: la partie médicale de l'étude ne représente qu'un peu plus de 30 pages sur un total de plus de 400. C'est la confirmation d'une expérience souvent renouvelée: les problèmes de la santé d'aujourd'hui, et plus particulièrement les problèmes relatifs aux personnes âgées, sont beaucoup trop complexes et variés pour être traités par des médecins seulement. L'étude «Vieillir

en Suisse» est le fruit de la collaboration des démographes, des psychologues, des économistes, des architectes, des ecclésiastiques, des assistants sociaux, etc. Cet abord multidisciplinaire des problèmes gérontologiques est relativement récent et depuis 20 ans les progrès sont considérables.

### Elargissement du vieillissement

Si les «problèmes des vieux» ont reçu des solutions rapides, bien qu'encore partielles, c'est que leur nombre augmente, ce qui force l'attention des autorités. Un seul exemple, pour ne pas abuser des statistiques. En 1901-1910 sur 100 000 enfants nés vivants, 8928 du sexe masculin et 11 908 du sexe féminin, ont atteint les 80 ans. Dans la période 1968/73, ce sont 30 196 hommes et 49 120 femmes qui sont devenus octogénaires. Ces seuls chiffres attestent le vieillissement de la population.

Le vieillissement est un processus physiologique normal; il est très individuel dans son rythme et son déroulement; son mécanisme est encore très mal connu. Il se complique souvent de maladies qui créent l'infirmité et l'invalidité. Les plus fréquentes sont les affections cardio-vasculaire, le cancer, les maladies des articulations, en particulier de la colonne vertébrale, le diabète, etc. Si des maladies physiques viennent aggraver le grand âge, des troubles psychiques interviennent également qui vont de la simple dépression jusqu'à des affections mentales graves constituant un problème difficile à résoudre. Il faut toutefois compter sur le grand nombre de personnes âgées en parfaite santé. Pour citer quelques chiffres, on estime qu'après 65 ans le 73,5% des hommes et le 60,9 des femmes, bénéficient d'un bon état de santé alors que le 2,7% des hommes et le 4,3% des femmes sont sérieusement handicapés. C'est ce petit groupe qui devra être placé dans des établissements spéciaux. Mais l'expérience a montré qu'il fallait chercher à adopter des formules où les personnes âgées se sentent bien chez elles. C'est ainsi que toute une série d'établissements, de maisons, ont été créés qui vont de l'hôpital de gériatrie où l'on séjourne pour un traitement efficace, ou une réadaptation, jusqu'aux maisons légèrement médicalisées et l'hôpital de jour. La plupart des personnes âgées demeurent chez elles, c'est la formule idéale. Elles n'ont besoin parfois que d'une petite aide ménagère, et la visite à intervalles plus ou moins espacés, d'un médecin, d'une infirmière ou d'une assistante sociale.

\* En vente à l'Office central fédéral des imprimés et du matériel, 3000 Berne.

### Une vieillesse active

La vieillesse fait partie de la vie, elle doit demeurer active. La retraite si possible progressive, à la carte comme on dit, ne doit pas être une guillotine qui supprime toute activité valorisante. Pour les vieux on organise des loisirs (clubs d'âînés, gymnastique, université du 3<sup>e</sup> âge, etc.); ils ne remplacent pas l'effort fait par l'individu pour établir son propre programme de vie et pour le meubler. Au 3<sup>e</sup> âge il faut maintenir les contacts sociaux, les relations régulières avec les contemporains et les jeunes; l'isolement est facteur de dépression. Il convient également d'améliorer l'image négative que se fait la population des sujets âgés. Il y a tout un effort à faire pour créer à leur profit des occupations particulières et l'occasion d'utiliser l'expérience très vaste qu'ils ont acquise de la vie.

Le problème de la formation du personnel occupé auprès des personnes âgées constitue une partie importante du rapport. Certes, ce personnel doit recevoir une formation appropriée aux fonctions qu'il occupe. Il ne s'agit pas seulement d'infirmières spécialisées, mais de tous les membres de l'équipe occupés à rendre le vieillard plus indépendant, moins passif, plus sociable. On réalise que ce n'est pas toujours une formation très technique qui est au premier plan, mais avant tout une motivation psychologique. Il est certain que l'enseignement de la gériatrie, de la gérontologie, est négligé dans les études de médecine. Il est nécessaire que nos Facultés se préoccupent de former des gériatres, nous en avons un grand besoin; leur tâche est utile et elle est intéressante.

Le rapport contient également des indications utiles sur le logement des personnes âgées, sur l'architecture des maisons de retraite et ce chapitre est important car il s'agit de ne pas recommencer les erreurs qui ont été faites dans la construction de nos immenses hôpitaux. La maison, la chambre du sujet âgé doivent être accueillantes; il doit s'y sentir heureux au milieu de ses souvenirs, de ses meubles. Elles doivent permettre des visites et rompre ainsi un isolement qui est une source de dépression.

Dr E. M.