

Conduite automobile et démence

La démence compromet l'aptitude à la conduite. Les personnes concernées et leurs proches doivent rapidement se faire à l'idée que, tôt ou tard, conduire ne sera plus possible. Les médecins ainsi que d'autres spécialistes sont là pour fournir des conseils et évaluer si la personne atteinte de démence est encore apte à la conduite.

Les personnes en bonne santé peuvent continuer de conduire jusqu'à un âge avancé. Du reste, les séniors ne provoquent pas plus d'accidents que les jeunes. Ils ont une longue expérience de la conduite et prennent moins de risques au volant. Les statistiques montrent toutefois que les accidents par kilomètre parcouru augmentent considérablement à partir de 75 ans¹. Avec l'âge, les facultés diminuent dans de nombreux domaines, ce qui peut altérer l'aptitude à la conduite. En plus d'une réactivité générale amoindrie, d'autres facteurs comme une baisse de la vue et de l'audition, des maladies cardio-vasculaires, une mobilité réduite ou la prise de médicaments peuvent jouer un rôle.

Tôt ou tard, pour toute personne âgée, se pose donc la question de savoir à quel moment le risque devient trop important. Surtout si un diagnostic de démence a été posé. Renoncer à la voiture est souvent difficile, car conduire offre souplesse et mobilité. Conserver son véhicule semble essentiel pour pou-

voir participer encore activement à la vie et rester indépendant. Sans compter que pour beaucoup, il s'agit d'un symbole de réussite sociale. Passer aux transports publics exige un changement d'habitudes, ce qui, avec l'âge mais aussi et surtout en cas de démence, devient toujours plus difficile avec le temps.

Renoncer à son permis de conduire modifie le quotidien non seulement des personnes concernées mais aussi de leurs proches. Cela dit, plus tôt on envisage d'abandonner le volant, plus on a le temps de trouver des alternatives.

¹Casutt, G; Martin, M; Jäncke, L [2013]. Alterseffekte auf die Fahrsicherheit bei Schweizer Kraftfahrern im Jahr 2010. *Zeitschrift für Verkehrssicherheit*, 21(1): 84-91.

Peut-on continuer de conduire en cas de démence ?

Conseils utiles

Il est impossible de dire à quel moment une personne atteinte de démence doit arrêter de conduire. La personne concernée et ses proches doivent aborder cette question importante ensemble le plus tôt possible. Un examen chez un-e spécialiste permet d'y voir plus clair, et la recherche d'autres solutions aide à se préparer à vivre sans voiture.

La démence réduit la capacité à conduire

Lorsqu'une démence se déclare, la personne a en général de nombreuses années d'expérience de la conduite : elle a des réflexes et des mécanismes bien rodés et les gardera encore longtemps. Mais savoir utiliser correctement un véhicule ne suffit pas pour conduire en toute sécurité. Car conduire, c'est aussi se trouver régulièrement confronté à des situations inattendues dans lesquelles il s'agit d'avoir instantanément la bonne réaction automatique. En cas de démence, cela se complique au fur et à mesure que les fonctions cognitives se détériorent. Sans compter que le réseau routier et la circulation se densifient, ce qui accroît les difficultés. Les personnes atteintes de démence peuvent avoir du mal à mener à bien les tâches suivantes :

- Anticiper correctement les manœuvres dans le trafic, les adapter à la situation, les contrôler et les accomplir correctement. Pour y parvenir, il faut avoir une bonne perception spatio-temporelle de la circulation, savoir par exemple trouver son chemin et évaluer correctement la vitesse des autres véhicules ou sa distance par rapport aux autres usagers de la route.
- Rester attentif, garder une vue d'ensemble.
- Adapter sa conduite à la circulation, évaluer comme il convient les différentes situations sur la route et y réagir rapidement.

- Percevoir visuellement les panneaux de signalisation, les situations, les piétons et les autres usagers de la route, les évaluer correctement et agir en conséquence.

Rendre volontairement son permis ?

Les personnes concernées et leurs proches se demandent souvent si l'on peut encore conduire malgré une mémoire défaillante ou une démence et, si oui, pendant combien de temps. Répondre à cette question n'est pas facile, car en présence d'une démence, l'aptitude à la conduite doit être évaluée au cas par cas. Au stade initial, des médecins spécialisés peuvent conseiller les personnes concernées et leurs proches, évaluer l'aptitude à la conduite puis la contrôler régulièrement. Il faut savoir que la responsabilité juridique individuelle s'applique aussi aux personnes atteintes de démence et à leurs proches. Il est donc fortement conseillé de renoncer à son permis à temps. Dans le doute, mieux vaut anticiper ! Votre médecin de famille saura vous conseiller et vous diriger vers des spécialistes pour des examens complémentaires.

Les situations suivantes devraient inciter à renoncer volontairement au permis ou à envisager de passer des examens d'aptitude :

- La personne s'énerve souvent au volant et se montre indécise.
- Son hésitation s'accroît dans un environnement inconnu ou s'il y a des imprévus sur le trajet habituel, par exemple lors de travaux.
- Le conducteur ou la conductrice ne trouve plus son chemin ou a besoin d'assistance pour se rendre d'un point A à un point B.
- Il ou elle multiplie les erreurs, confond la gauche et la droite, roule au milieu de la route, brûle un feu

rouge, refuse une priorité, bifurque brusquement, ignore les panneaux de signalisation, roule à une vitesse inadaptée, freine soudainement, confond frein et accélérateur, etc.

- Le conducteur ou la conductrice réagit tardivement ou hésite aux carrefours ou aux feux.
- Il ou elle est impliqué-e dans des accidents mineurs ou sa voiture présente de petits dommages, par exemple à la carrosserie.

À cause de sa maladie, une personne atteinte de démence a souvent du mal à juger si sa conduite est encore assez sûre. Lorsque les proches constatent chez elle une imprévisibilité croissante dans le trafic, ils devraient chercher à aborder le sujet ouvertement, en évitant tout reproche.

Pour mieux jauger la nécessité d'agir, les proches peuvent se poser la question suivante: est-ce que je laisserais mon enfant monter en voiture avec lui [ou elle]? Si ce n'est pas le cas, ils devraient sans tarder encourager la personne concernée à rendre volontairement son permis ou à faire examiner son aptitude à la conduite par un médecin.

Déterminer l'aptitude à la conduite

En général, les personnes âgées qui se sentent de moins en moins sûres d'elles en conduisant peuvent rafraîchir leurs connaissances et améliorer leur réactivité. Les associations de transports proposent des cours spécifiques de remise à niveau et l'Association suisse des moniteurs de conduite dispose de conseillers pour les seniors.

- Lorsque la conduite devient problématique, on peut s'adresser directement à son médecin. Evoquez clairement les difficultés vécues sur la route ou observées chez autrui. Le médecin procédera à des tests et, en cas de doute, vous adressera à une consultation de la mémoire ou un centre spécialisé pour des examens plus poussés. Vous pouvez

aussi demander vous-même à bénéficier de ces services si vous avez l'impression que le problème évoqué n'est pas pris au sérieux.

- En Suisse, les conducteurs de plus de 75 ans doivent passer un examen médical de contrôle tous les deux ans. Parmi les nouvelles exigences médicales minimales en vigueur depuis 2016, plusieurs se réfèrent de façon explicite à des signes de démence. Si le médecin qui a réalisé l'examen de contrôle estime que l'aptitude à la conduite est sujet à caution, il doit désormais en informer les autorités. Il est alors possible de faire procéder à une réévaluation par un médecin conseil plus qualifié ou un spécialiste en médecine du trafic. Lorsque la personne est jugée inapte à la conduite, le médecin s'efforcera de la convaincre de rendre volontairement son permis de conduire.
- Si la personne refuse d'obtempérer, le médecin peut en informer le service des automobiles – une démarche judicieuse dans ce cas. En général, le service ordonnera un examen médical d'aptitude à la conduite. Suivant le résultat, la personne devra se soumettre à une course de contrôle officielle. Les frais de ces examens et tests sont à la charge de la personne concernée.

Le plus simple est de renoncer volontairement à son permis de conduire. Il faut pour cela envoyer une déclaration de renonciation signée, accompagnée du permis de conduire, au service cantonal des automobiles. Les formulaires peuvent être obtenus auprès du service concerné ou directement télé-chargés depuis Internet.

Que peuvent faire les proches aidants si la personne concernée est dans le déni ?

Du fait de leur maladie, il peut devenir difficile pour les personnes atteintes de démence de juger si elles sont encore aptes à conduire ou si elles mettent en danger leur vie et celle d'autrui. Il arrive que l'on ne

puisse pas leur faire entendre raison, ce qui est très difficile à vivre pour les proches.

En cas de conduite dangereuse et de divergence de vues, les proches peuvent se résoudre à prendre l'avis d'un médecin, d'abord en l'absence de la personne concernée. Ils peuvent aussi informer le service des automobiles, mais cette démarche nuit souvent aux bonnes relations entre les proches et le ou la malade et ne devrait donc être entreprise qu'en dernier recours. L'autorité peut cependant garantir l'anonymat des déclarants qui le souhaitent.

Se déplacer sans voiture

Un jour ou l'autre, la personne atteinte de démence devra renoncer à son permis. Ce sera un moment difficile, mais plus tôt on s'habitue à l'idée, plus on aura le temps de s'adapter à une vie sans voiture. Voici quelques idées pour une transition en douceur:

- Habituez-vous à prendre plus souvent le bus ou le train. Testez divers moyens pour poursuivre vos activités habituelles en vous passant de voiture.
- Un-e ergothérapeute peut aider les personnes atteintes de démence à se familiariser avec l'utilisation des transports publics.
- Les déplacements en voiture indispensables peuvent souvent être organisés avec l'aide de la famille ou du réseau personnel. Parfois on peut trouver des solutions de covoiturage.
- Faites-vous livrer vos achats à la maison. Votre magasin propose peut-être ce genre de service ou vos voisins pourront vous aider à faire les courses. Sinon, Migros et Coop ont un service de livraison à domicile via Internet (leshop.ch/coopathome.ch).
- Des services de transport sont proposés par différents prestataires comme Pro Senectute, la Croix-Rouge suisse et les Services d'aide et de

soins à domicile. Renseignez-vous aussi sur les offres de votre commune ou les services de taxis.

- Dans certains cas, vous avez droit à des réductions sur vos frais de déplacement, par exemple avec la carte de légitimation pour voyageurs avec un handicap des CFF. Pour en savoir plus, consultez notre fiche d'information «Prétentions financières en cas de démence».
- Vivre sans voiture a aussi ses avantages: vous faites des économies et n'avez plus de souci pour stationner, plus de réparations, ni de bouchons, etc. Et les économies ainsi réalisées peuvent financer quelques trajets en taxi.

Informations complémentaires

Médecins et psychologues du trafic agréés:

medtraffich.ch

Consultations de la mémoire:

swissmemoryclinics.ch

Services des automobiles en Suisse: asa.ch/fr/

Vous avez besoin d'un conseil personnalisé et adapté à votre situation individuelle?

Les conseillères spécialisées du Téléphone Alzheimer répondent à toutes vos questions touchant à la démence.

Téléphone Alzheimer : 058 058 80 00

lundi à vendredi : 8–12 h et 13.30–17 h

Les 21 sections cantonales d'Alzheimer Suisse sont là pour vous dans votre région. Pour nous contacter : alz.ch.

Impressum

Rédaction et éditrice:

Alzheimer Suisse

Conseil scientifique:

D^r méd. Rolf Seeger, médecine générale, médecine du trafic SSML