

# Réflexions sur la vieillesse et les démences

## Sur la vieillesse

— « Tracer la frontière entre jeunesse et vieillesse demande une once de relativité. Pour situer l'enfant dans le temps, le langage emploie " Il est plus âgé que", autrement dit, " Il est le vieux de quelqu'un " ; pour l'adulte, l'expression "Il a pris un coup de vieux", renvoie à une image, un cliché antérieur. Âgé, nous nous sentons "patiné" riche en valeurs. Âgé, les autres nous perçoivent en occident comme "usé", dévalué. Ne serait-on vieux que dans le regard des autres, reflet de leur culture ?» Lucien Mias

— « Les symptômes de la vieillesse ont fait l'objet d'une remarquable description clinique, dès 2600 avant l'ère chrétienne, dans le plus vieux livre du monde, connu sous le nom d'Enseignement de Ptahhoep, juge suprême et vizir du roi Izei, de la V<sup>e</sup> dynastie de l'Ancien Empire égyptien. L'auteur était bien placé pour parler des inconvénients du grand âge, puisqu'il aurait rédigé ce document quand il avait 110 ans. Voici ce qu'il écrit (traduction française de François Daumas) :

" Le grand âge est là et la vieillesse est descendue sur moi ;  
La langueur est venue et la fragilité de l'enfance se renouvelle ,  
Elle qui fait dormir l'enfant sans cesse,  
Les yeux sont faibles, les oreilles sont sourdes,  
La force disparaît, parce que le coeur se fatigue ;  
La bouche se tait et ne peut plus parler ;  
L'esprit est oublieux et ne peut plus se souvenir d'hier,  
Les os sont malades à cause de la longueur de l'âge.  
Le bon s'est changé en mauvais ;  
Tout goût s'en est allé.  
Ce qui fait la vieillesse à l'homme  
Est mauvais sous tous rapports ;  
Le nez est bouché, il ne peut respirer ;  
N'importe quel mouvement est pénible." »

Extrait de *Histoire de la médecine*, chapitre *Histoire de la gérontologie*, François Boulière, tome 6, éd. DIMP

— « En médecine, on fait la guerre à la maladie. C'est ce qui rend difficile, lorsque l'âge est avancé et qu'il y a de nombreux fronts, de signer l'armistice. » Auteur non connu

— « Ne vieillis que dans la plus faible mesure. Il s'agit de mourir jeune. » A. Arnoux

— « Tant qu'il y a une étincelle, il y a une espérance de brasier. » A. Arnoux

— « Reconnaissez votre patient comme un individu unique. » Abraham Maslow

— « Le cerveau n'est pas le seul organisateur du très grand âge. Le comportement est plutôt la combinaison des modifications physiques, sociales et psychologiques survenues durant toute

l'existence. » Adlian Vervoerd.

— « Exister, c'est dépendre, c'est être battu du flot extérieur. » Alain

— « Dans l'âge mûr, on s'entend mieux à se garder contre le malheur, dans la jeunesse à le supporter. » Arthur Schopenhauer

— « Ce que l'homme a par soi-même ne lui profite jamais mieux que dans la vieillesse. » Arthur Schopenhauer

— « On ne cesse pas de rire en devenant vieux ; on devient vieux quand on cesse de rire » Auteur non connu

— « La vraie prévention du vieillissement, c'est l'apprentissage de la flexibilité, de l'adaptabilité au changement. » Auteur non connu

— « On est jeune biologiquement de plus en plus tard et vieux professionnellement de plus en plus tôt. » Auteur non connu

— « Au fil des ans se fait l'hémorragie de la jeunesse. » Auteur non connu

— « La décennie de la quarantaine apparaît comme l'étape révélatrice du vieillissement réussi ou accéléré. » Auteur non connu

— « La solitude est à l'esprit ce qu'est la diète au corps : si elle dure trop longtemps elle est mortelle. » Auteur non connu

— « Ce sont surtout les jeunes vieux qui n'aiment pas les vieux vieux. » Auteur non connu

— « L'empreinte du travail façonne la retraite. » Auteur non connu

— « Tous les humains adoptent avec un style de vie, un style de survie dans les mémoires. L'avenir des héros est dans la mémoire des peuples. » Auteur non connu

— « On est vieux dès qu'on n'a que des certitudes ; la jeunesse doute de tout. » Auteur non connu

— « Le désir n'a pas d'âge. » Auteur non connu

— « Fais que chaque heure de ta vie soit belle. Le moindre geste est un souvenir futur. » C. Aveline

— « Acceptez votre patient sans jugement » Carl Rogers.

— « Nous devons à chaque étape de la vie nous confronter à une tâche unique, l'accomplir, puis passer à la suivante. Une tâche ignorée se manifesterà à une étape ultérieure » Erik Erikson

— « Certains, jeunes gens, sont bien vieux pour leur âge. » Erik Satie

— « Les premiers souvenirs, bien établis, restent imprimés au très grand âge » F. Schettler et GS Boyd.

— « L'homme en tant qu'homme ne peut vivre horizontalement. Son repos, son sommeil est le plus souvent une chute. » G. Bachelard

— « La majorité des hommes vivent dans un désespoir paisible, appelé résignation » H. D. Thoreau

— « La gérontologie s'intéresse aux sciences cognitives qui se placent "entre" la biologie et la

neurologie d'une part, la psychologie et la sociologie d'autre part. »

— « Les choses se déforment facilement quand on regarde en arrière. » Hermann Hesse

— « J'ignore comment vous vivez, mais vous vivez comme j'ai vécu moi-même et comme tout le monde vit, le plus souvent dans le ténèbres et à côté de soi-même, toujours esclave d'un but, d'un devoir ou d'un projet. Ainsi vivent presque tous les hommes et le monde entier périra de cette maladie. » Hermann Hesse

— « La vieillesse est un crime puni d'exclusion » Jean Maisondieu

— « Illusion : les vieux sont plus mortels que les jeunes » Jean Maisondieu

— « Un homme s'identifie peu à peu avec la forme de son destin; un homme devient à la longue ses propres circonstances. » Jorge Luis Borges

— « Un beau soir l'avenir s'appelle le passé, c'est alors qu'on se tourne et qu'on voit sa jeunesse » Louis Aragon

— « Je n'étais en naissant qu'une promesse d'homme, les autres m'ont donné chacun à sa mesure, un plus d'humanité, qui m'a permis de devenir ce que je suis ; et que je vais quitter pour devenir encore. » Lucien Mias

— « La spécialisation à outrance crée de jeunes vieux, dans un monde où tout change chaque cinq ans. Être militant de la vie suppose la polyvalence, pour s'ouvrir aux autres » Lucien Mias

— « Vous savez, quand on vieillit, le pire ce n'est pas d'être moins désirable, c'est de ne plus désirer... » Louis Pauwels

— « Une éducation qui n'apprend pas à vieillir, fabrique des monstres : des jeunes avilis par le racisme de leur âge » Louis Pauwels

— « Nous vivons comme nous savons. Si nous concevons l'univers et nous-même comme des mécaniques, nous mènerons une vie mécanique. Au contraire, si nous pensons que nous faisons partie d'un univers aux potentialités sans limites, et que notre esprit est une matrice de réalité, alors notre vie deviendra un potentiel créatif. » M. Ferguson

— « Nous ne naissons qu'à mesure de dons » Michel Serres

— « On ne devient pas vieux pour avoir vécu un certain nombre d'années : on devient vieux parce qu'on a déserté son idéal. Les années rident la peau ; renoncer à son idéal ride l'âme. Les préoccupations, les doutes, les craintes et les désespoirs sont les ennemis qui, lentement, nous font pencher vers la terre et devenir poussière avant la mort. » Mac Arthur

— « Vieillir, c'est organiser sa jeunesse au fil des ans » Paul Eluard

— « Je suppose que les grands anémiés et les très vieilles personnes doivent éprouver vingt-quatre heures sur vingt-quatre ce sentiment accablant d'être vidés progressivement de leurs forces. » Robert Merle

— « Les êtres humains luttent pour l'équilibre » S. Zuckerman.

— « Il n'est rien de plus vieux qu'un vieux sans illusion. » Serge Bouchard

— « Quarantaine: ne s'agirait-il pas au fond de la dernière adolescence ?

Tout se remet en question, nous sommes surpris par certaines de nos fragilités, tout devient grave et, surtout, nous sommes de plus en plus incertains.

Dernière chance, première chance, c'est pareil. C'est la conscience au bord d'un saut. Tout est passage, alors il faut passer. » Serge Bouchard

— « Le syndrome "d'hémorragie de la sensibilité" décrit par Voivenel pour les soldats qui "craquaient" au combat, se retrouve chez les soignants dans certains services. Grouper trois jours de repos entre les jours de travail permet de l'éviter. » Lucien Mias



— Jeanne Calment fut en février 1997 la plus âgée de tous les temps : 122 ans à son décès. Mais quelques personnes sont devenues très âgées de tout temps. Un exemple en est donné par le portrait de Jean Jacob que l'on peut voir à Paris au musée Carnavalet. Jean Jacob est né à Sarsie au Mont Jura le 10 novembre 1669. A l'âge de 120 ans, il a eu l'honneur d'être présenté au roi Louis XVI le 11 octobre 1789 et à l'Assemblée Nationale le 23 octobre 1789.

## Sur la démence

— « Le processus démentiel atteint plus rapidement le dossier médical que le cerveau du résidant. » Jean Maisondieu

— « Démence n'est pas absence. Il y a toujours une fenêtre éclairée qu'il faut savoir repérer pour l'ouvrir par une main-caresse et une main-sourire. » Auteur non connu

— « Quand la vie n'a plus de sens il est normal que le comportement soit insensé. » Auteur non connu

— « La démence est une fibrillation sous-corticale équivalent de fibrillation auriculaire. Elle peut être bien tolérée ou emboliser le cortex » Auteur non connu

— « Le thérapeute ne peut donner d'éclairage ou changer le comportement si le client n'est pas prêt à changer ou n'a pas la capacité cognitive pour faire des prises de conscience (insight) » Sigmund Freud.

— « Tout sentiment exprimé et par suite reconnu et validé par une écoute confiante diminuera d'intensité. Par contre les émotions gagnent en force quand elles sont ignorées ou niées. "Le chat ignoré devient un tigre" » Karl Jung.

— « Les autopsies ont montré que beaucoup de personnes très âgées survivent à des lésions cérébrales significatives tout en restant relativement orientées » Charles Wells.

— « Il y a une raison derrière chaque comportement des personnes très âgées désorientées » Naomi Feil.

— « Qu'il soit ou non désorienté, chaque être humain garde sa valeur » Naomi Feil.

— « Il existe des démences intéressées... » Émil Michel Cioran

Éditique : Dr Lucien Mias - septembre 1995