

La conduite automobile et les aînés

*Collaboration de Diane Desjardins, infirmière en santé publique,
Programme de santé des francophones, Santé publique Ottawa*

La conduite automobile est une activité complexe qui repose sur des habilités à la fois physiques et mentales. Nous savons tous que le processus normal de vieillissement affecte nos aptitudes physiques et mentales, dont certaines sont essentielles à une conduite sécuritaire. Il devient important pour le conducteur aîné de mieux se connaître pour mieux réagir au volant. De plus, comme il est rare qu'un aîné ne prenne aucun médicament, il est important de tenir compte des effets secondaires potentiels de la prise de médicaments sur la conduite automobile. Voici quelques-uns des défis auxquels fait face le conducteur adulte aîné :

- l'affaiblissement de la vue, notamment la nuit
- une moins bonne perception de la profondeur
- une mémoire moins efficace
- les incapacités dues à des affections telles que l'arthrite et le rhumatisme qui limitent les mouvements et ralentissent les temps de réaction.

Depuis 1980, le nombre de détenteurs de permis de conduire âgés de 65 ans et plus a augmenté de 164 pour cent. Parmi les statistiques recueillies relativement aux collisions, on note que les conducteurs âgés sont moins souvent impliqués dans les collisions que la moyenne des conducteurs. Par contre, en dépit de leur plus grande expérience au volant, les conducteurs de 70 ans sont toutefois plus à risque d'être impliqués dans une collision, si le nombre de kilomètres parcourus est pris en compte. Ce constat n'engage pas à remettre en question la présence sur la route des détenteurs de permis de plus de 65 ans. Ce qu'il faut surtout retenir, c'est que le conducteur âgé doit mieux se connaître pour mieux réagir au volant.



Une telle prise de conscience est essentielle puisque pour plusieurs d'entre nous, la conduite automobile constitue une source d'autonomie. Ainsi, la perte du permis peut s'avérer pénible.



Le docteur Louise Carrier, directrice médicale aux Services communautaires de géro-psycho-geriatrie d'Ottawa, nous rappelle que conduire est un privilège et non un droit acquis. Selon le code de la route de l'Ontario, les médecins ont une obligation légale, et même éthique de « déclarer toute personne dont l'état de santé est tel qu'il peut être dangereux pour cette personne d'utiliser un véhicule automobile ». Faute d'outils pour évaluer si les conducteurs aînés sont aptes à conduire, certains médecins sont réticents à faire une déclaration d'inaptitude au Ministère du transport.

Le programme de recherche CanDRIVE se penche sur cette question. Le docteur Sylvain Gagnon de l'Université d'Ottawa, chercheur au sein du projet CanDRIVE nous explique qu'ils sont à concevoir un outil de dépistage qui permettra d'évaluer les aptitudes à conduire de l'adulte aîné. De plus, le projet cherche des moyens qui permettront aux conducteurs aînés de conduire en toute sécurité le plus longtemps possible.

Lors du dernier forum du Conseil sur le vieillissement, organisé en partenariat avec Santé publique Ottawa et d'autres partenaires communautaires, les participants ont grandement apprécié les nombreux conseils présentés pour assurer une conduite sécuritaire à la lumière des changements causés par le vieillissement. En voici quelques-uns :

- Évitez de conduire à l'aube ou au crépuscule, périodes où la visibilité est mauvaise ou aux heures de pointes quand la circulation est abondante
- Conservez une bonne distance entre votre véhicule et celui qui roule devant...respectez la règle des trois secondes
- Balayez des yeux l'environnement en tout temps et regardez souvent dans les rétroviseurs.
- Prenez vos médicaments tels que prescrits par votre médecin; sachez comment ils agissent sur vos compétences au volant et informez-vous des effets néfastes avant de prendre la route
- Maintenez un bon niveau d'activité et prenez tous les moyens pour demeurer en bonne santé

Nous avons également pu y entendre un témoignage touchant d'un homme victime d'un accident vasculaire cérébral qui a décrit l'agonie qu'il a vécue suite à la perte temporaire de son permis. « Ça vous frappe! Je ne peux pas conduire ... il faudra que je me fasse conduire partout, on m'a coupé les deux jambes, les deux bras », de dire André La plante, qui est passé par toute une gamme d'émotions.



Que pouvons-nous faire pour s'assurer de conserver notre permis le plus longtemps possible? Quelles sont les exigences du Ministère du transport pour le renouvellement de notre permis de conduire à l'âge de 80 ans? En quoi consiste le cours de 55 ans au volant? Quelles sont les options disponibles dans la communauté?

Si vous désirez en connaître davantage, veuillez consulter les ressources suivantes ou communiquez avec Santé publique Ottawa, au 613-580-6744 (ATS : 613-580-9656).

- **Bilan de la sécurité routière à Ottawa de 2003** à l'adresse suivante : http://ottawa.ca/city_services/traffic/road_safety/index_fr.shtml
(pour la dernière mise à jour de 2005, veuillez communiquer avec Santé publique Ottawa au 613-580-6744.
- **Êtes-vous un conducteur prudent? La sécurité routière et les personnes âgées. Mesure à prendre pour conduire en toute sécurité.**
Ministère des Transports
1-800-268-4686
<http://www.mto.gov.on.ca/french/pubs/yourdriving.htm>
- **55 ans au volant** - Formation pour conducteurs aînés
Conseil canadien de la sécurité
1020, place Thomas Spratt
Ottawa (Ontario) K1G 5L5 Télécopieur : 613-739-1566
Téléphone : 613-739-1535
Courriel : csc@safety-council.org
<http://www.safety-council.org/CCS/formation/55/55ansau.htm>
- **OC Transpo** : Services des transports en commun, transport adapté etc.
Tél. : 613-741-4390
ATS : 613-741-5280
Courriel : ocinfo@octranspo.com
http://www.octranspo.com/Main_MenuF.asp
- **CanDrive** : pour la sécurité des conducteurs âgés
Institut de Recherche Élisabeth-Bruyère,
43, rue Bruyère
Ottawa (ON) K1N 5C8
613-562-0050, poste 1345
<http://www.CanDRIVE.ca>