



## Maladie d'Alzheimer

🕒 paru le 06/12/2019 • adapté au contexte belge francophone • dernière adaptation de contenu le 16/11/2021

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

### De quoi s'agit-il ?

La [démence](#) est une affection marquée par une altération des fonctions cérébrales (fonctions cognitives). Elle se caractérise par une diminution de la mémoire, avec au moins un autre trouble (par exemple des problèmes pour parler (problèmes d'élocution), une perte d'orientation dans le temps et dans l'espace, des problèmes de compréhension du sens du langage, etc...).

Le cerveau se compose de milliards de cellules nerveuses (neurones), qui reçoivent ou envoient des messages (stimuli) à travers les voies nerveuses. Une partie de ces cellules et de ces voies peuvent subir des dommages et ne plus fonctionner. Selon la localisation de ces dommages dans le cerveau, certaines fonctions vont commencer à décliner.

Il y a deux types de démences principales :

- La [démence vasculaire](#) est causée par un problème dans les veines ou les artères du cerveau. Un saignement ou un caillot de sang entraîne la mort d'une petite région du cerveau (infarctus cérébral). C'est ce qu'on appelle un [accident vasculaire cérébral ou AVC](#).
- La maladie d'Alzheimer se caractérise par l'accumulation de certaines protéines dans le cerveau. Ces dépôts forment des « plaques ». À ce jour, on ignore encore pourquoi ces plaques apparaissent chez certains et pas chez d'autres. Il semble cependant qu'un certain nombre de facteurs de risque favorisent la survenue de la démence d'Alzheimer (voir ci-dessous). Ces facteurs sont essentiellement liés à au mode de vie.

### Facteurs de risque

- [tension artérielle élevée \(hypertension\)](#) ;
- [diabète](#) ;
- excès de poids ;
- [consommation excessive d'alcool](#) ;
- [tabagisme](#) ;
- [excès de cholestérol \(hypercholestérolémie\)](#) ;
- manque d'activité physique ;
- manque d'activité mentale ;
- solitude et [dépression](#) ;
- antécédent de grave [traumatisme crânien](#) ;
- maladie d'Alzheimer dans la famille.

### Chez qui et à quelle fréquence ?

La maladie touche généralement les personnes de plus de 65 ans.

Plus l'âge augmente, plus le risque de maladie d'Alzheimer augmente. Ainsi,

- sur 100 personnes âgées de moins de 65 ans, on compte 1 à 2 personnes atteintes de démence d'Alzheimer ;
- sur 100 personnes âgées de plus de 85 ans, on compte 30 à 50 personnes atteintes de démence d'Alzheimer.

Rarement, la maladie d'Alzheimer peut se manifester avant 65 ans.

### Comment la reconnaître ?

La maladie d'Alzheimer, ou démence d'Alzheimer, est une maladie qui débute presque toujours par des [troubles de la mémoire](#). Elle évolue lentement, d'une forme légère à une forme sévère. En plus des troubles de la mémoire, il peut exister d'autres problèmes.

#### Forme légère

Dans une forme légère de démence d'Alzheimer, la personne :

- retient difficilement les nouvelles informations, mais elle garde en mémoire les vieux souvenirs ;
- oublie surtout les mots difficiles et ne comprend plus les idées abstraites ;
- perd la notion du temps ;
- a des difficultés pour réaliser certaines tâches, d'abord les plus compliquées ;
- n'a pas de gros problèmes dans son environnement familial, mais elle se perd facilement dans un environnement étranger ;
- peut changer de comportement et se montrer moins active, plus en retrait, voire [dépressive](#). Elle peut parfois devenir agressive face à un évènement stressant.

#### Forme modérée

Dans la forme modérée de la maladie d'Alzheimer, il devient de plus en plus évident que quelque chose ne tourne pas rond :

- la personne a de plus en plus besoin d'aide pour les activités quotidiennes, notamment pour s'habiller ou faire sa toilette ;
- elle se perd aussi dans les endroits qu'elle connaît ;
- si la famille ou d'autres aidants proches n'y font pas attention, [elle mange moins bien](#) et [maigrit](#), parfois jusqu'à la dénutrition.
- elle peut, exceptionnellement, avoir des hallucinations.

#### Forme sévère

Dans les formes sévère de la démence d'Alzheimer :

- la personne ne parvient plus à parler et à comprendre correctement les mots ;
- les muscles se raidissent, et [la marche et le mouvement deviennent plus difficiles](#) ;
- le besoin d'aide et la dépendance augmente ;
- les pertes involontaires d'urine ([incontinence urinaire](#)) ou de selles ([incontinence fécale](#)) sont fréquentes ;
- il arrive parfois que la personne ait des crises d'[épilepsie](#).

### Comment le diagnostic est-il posé ?

Le médecin [posera le diagnostic](#) sur base des symptômes et pourra réaliser :

- des questionnaires ;
- un examen clinique ;
- des [examens radiologiques](#) (par exemple une IRM, Imagerie par Résonance Magnétique) ;

Le médecin veillera par ailleurs à exclure d'autres affections du système nerveux qui ressemblent fortement à la maladie d'Alzheimer, par exemple une [démence vasculaires](#).

### Que pouvez-vous faire ?

Mieux vaut [prévenir](#) que guérir... Il est probable qu'un [mode de vie sain](#) diminue le risque de développer une démence.

Surveillez votre poids, mangez sainement, faites suffisamment d'exercice, [ne fumez pas](#) et modérez votre consommation d'alcool.

Si le diagnostic d'Alzheimer est posé, il est important que la famille et/ou les aidants proches soient également informés.

### Que peut faire l'entourage d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ?

La prise en charge de la démence d'Alzheimer est un travail d'équipe. Un [plan de soins](#) est établi afin d'assurer la meilleure coordination possible.

- Toutes les personnes impliquées dans les soins se réunissent autour de la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer : le médecin généraliste, l'infirmière à domicile, le kinésithérapeute, les collaborateurs du centre d'action sociale chargés du ménage, des repas à domicile, etc.
- Ensemble, ils fixent les modalités de la prise en charge et les notent dans un dossier de soins. Chaque prestataire y note également ses observations et ses remarques.
- En parallèle à l'infirmière à domicile, le kinésithérapeute peut également veiller à un niveau suffisant d'activité physique.
- La personne atteinte de démence d'Alzheimer doit être stimulée à rester active, tant au niveau physique que mental, en marchant, en suivant les infos, en lisant le journal, en entretenant suffisamment de contacts sociaux, ... Les aidants proches ont un rôle très important à jouer dans ce contexte.
- La situation doit être évaluée périodiquement, afin de contrôler si la personne est encore capable de rester chez elle. Il existe toutes sortes de solutions intermédiaires entre le maintien à domicile et le séjour en établissement de soins, comme le centre de jour et l'infirmière de nuit à domicile. Une admission temporaire en centre de rééducation fait également partie des possibilités.

### Que peut faire votre médecin ?

#### Médicaments

En plus d'assurer l'encadrement approprié, le médecin peut également prescrire des médicaments qui aident parfois à améliorer légèrement les capacités fonctionnelles de la personne atteinte de démence d'Alzheimer. Les autres symptômes tels que l'agressivité ou la [confusion](#) seront également traités, si nécessaire, par des médicaments. Cependant, l'effet des médicaments diminue au fil du temps. En plus, leur efficacité n'est pas la même chez toutes les personnes.

#### En savoir plus ?

- [Alzheimer : une maladie progressive de la mémoire – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)
- [Troubles de la mémoire et autres fonctions cognitives – CHU Montréal](#)
- [L'IRM, ici, ou à trouver sur cette page des Cliniques universitaires Saint-Luc \(UCLouvain\)](#)

*Vous cherchez une aide plus spécialisée ?*

- [Ligue Alzheimer](#)
- [Agents de proximité-démence \(agents Proxidem\) – Ligue Alzheimer](#)
- [Aidants Proches – Une association qui soutient les personnes qui aident régulièrement un proche dépendant en raison de son âge, d'une maladie ou d'un handicap](#)
- [GymSana – Une activité physique adaptée pour les personnes fragilisées](#)

#### Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Maladie d'Alzheimer' \(2000\), mis à jour le 01.09.2017 et adapté au contexte belge le 04.04.2019 – ebpracticenet](#)