

connus, mais d'autres restent sans doute à être identifiés. Lorsque le niveau seuil est atteint, la capacité de régénération et d'entretien du cerveau ne suffit plus, et c'est le début du processus de la maladie.

Les facteurs de risque augmentent les chances d'être atteint de la maladie d'Alzheimer. L'âge et la génétique sont deux facteurs de risque sur lesquels il est impossible d'agir. Par contre, il est peut-être possible de réduire un bon nombre de facteurs de risque connus de la maladie en adoptant un style de vie actif.

**Âge :** La vieillesse est le facteur de risque le plus important de la maladie d'Alzheimer. La plupart des personnes atteintes de cette maladie sont âgées de 65 ans et plus. Or, il est probable que le processus de la maladie commence plusieurs années avant la manifestation du déclin cognitif et de la mémoire. Par contre, il est important de souligner que la plupart des personnes âgées ne sont pas atteintes de la maladie d'Alzheimer et qu'il ne s'agit donc pas d'une conséquence normale du vieillissement. Peu importe les facteurs de risque réunis chez une même personne, la maladie ne s'installe jamais avant un certain âge.

**Gènes :** La forme familiale de la maladie, c'est-à-dire celle qui est transmise de génération en génération, ne représente que sept pour cent des cas. La forme courante de la maladie (forme sporadique) entretient également des liens avec la génétique, mais ceux-ci n'ont pas encore été dévoilés. La plupart des cas ne sont pas attribuables à une seule cause. Aussi, les recherches sur le rôle de la génétique se poursuivent-elles.

### **Les autres facteurs de risque comprennent :**

- l'alimentation malsaine
- le diabète
- l'hypertension artérielle
- l'hypercholestérolémie
- les accidents vasculaires cérébraux
- l'obésité
- le stress
- les maladies inflammatoires chroniques
- les antécédents de dépression clinique
- les déficiences cognitives légères
- le manque d'activité physique
- faible statut socio-économique
- exercice inadéquat du cerveau
- faible niveau de scolarité
- blessure à la tête
- le tabagisme

### **Vivre avec la maladie d'Alzheimer**

La Société Alzheimer a mis au point un certain nombre de ressources pour aider les personnes atteintes de la maladie et leurs aidants, notamment le document intitulé Pour les personnes ayant récemment reçu le diagnostic de la maladie et la section J'ai la maladie d'Alzheimer de notre site Internet ([www.alzheimer.ca](http://www.alzheimer.ca)). Les sociétés locales offrent également de l'information et des services tels que des groupes de soutien spécialement conçus pour les personnes aux prises avec la maladie et leurs proches.

La Société Alzheimer est une organisation nationale de santé sans but lucratif qui a pour mandat d'aider les personnes touchées par la maladie d'Alzheimer et autres maladies connexes. La Société dispose de nombreuses ressources et offre des programmes pour les personnes atteintes de la maladie et à leurs aidants. La Société finance également la recherche en vue de découvrir une cure de la maladie et d'améliorer les méthodes de soins.

Pour plus d'information, communiquez avec la Société Alzheimer de votre région ou visitez notre site Internet à [www.alzheimer.ca](http://www.alzheimer.ca).

*L'aide d'aujourd'hui. L'espoir de demain...*

*Page couverture : La TEM ci-dessus montre le cerveau d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer alors que celle du dessous présente un cerveau sain. Ces TEM ont été fournies par Masanori Ichise, M.D. FRCPC (Mount Sinai Hospital, Toronto / MD NIH Bethesda).*

*Page intérieure : IRM offertes par le Sunnybrook Health Sciences Centre et le Women's College Hospital*

## **Société Alzheimer**

Société Alzheimer du Canada

20, avenue Eglinton Ouest, bureau 1200, Toronto (Ont.) M4R 1K8

Tél. : (416) 488-8772 1 800 616-8816 Téléc. : (416) 488-3778

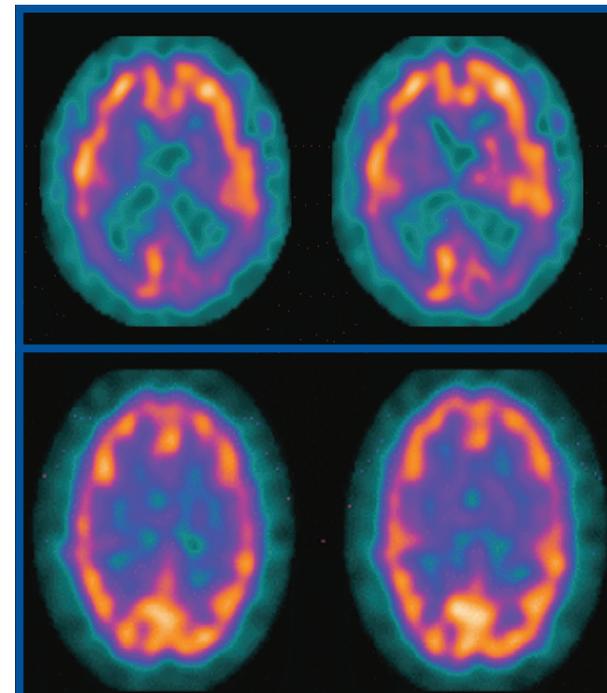
Adresse électronique : [info@alzheimer.ca](mailto:info@alzheimer.ca) Site Internet : [www.alzheimer.ca](http://www.alzheimer.ca)

Numéro d'enregistrement de l'organisme de bienfaisance : 11878 4925 RR0001

*Rendu possible grâce à une subvention à l'éducation de :*



B300-02F 2008

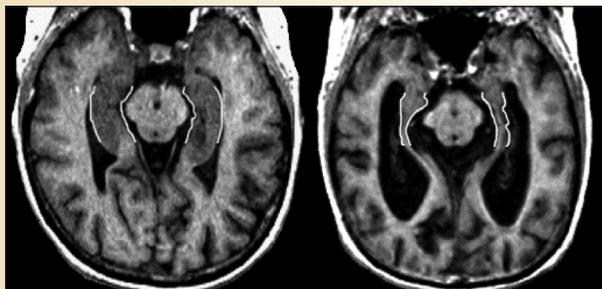


# Qu'est-ce que la maladie d'Alzheimer?

**Société Alzheimer**

## Ce que nous savons sur la maladie d'Alzheimer

La maladie d'Alzheimer est une maladie évolutive du cerveau, qui porte gravement atteinte à la faculté de penser et à la mémoire. Il s'agit de la forme de démence la plus courante.<sup>1</sup>



L'image ci-dessous illustre qu'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer (à droite) possède moins de tissus cérébraux qu'une personne qui n'est pas atteinte de la maladie (à gauche).

Cette maladie a été découverte par le Dr Alois Alzheimer en 1906, qui a identifié les deux manifestations de la maladie qui porte maintenant son nom, soit les « plaques » et les « écheveaux ». Les plaques sont de petits dépôts denses répartis sur

l'ensemble du cerveau et qui, à des concentrations élevées, sont toxiques pour les cellules cérébrales. Les écheveaux, pour leur part, interviennent dans les processus vitaux en « étouffant » les cellules saines du cerveau. Aussi, la dégénération et la mort des cellules cérébrales entraînent-elles le rétrécissement de certaines régions du cerveau.

Au fur et à mesure de la progression de la maladie d'Alzheimer, différentes régions du cerveau, et les différentes facultés qui leur sont liées, sont endommagées. Le résultat est un déclin des habiletés ou une modification du comportement. À ce jour, une habileté disparue n'est jamais revenue. Cependant, les dernières recherches suggèrent qu'une certaine réacquisition de connaissances est possible.

## Les conséquences de la maladie d'Alzheimer

À long terme, la maladie d'Alzheimer a des conséquences sur l'ensemble des aspects de la vie de la personne atteinte, c'est-à-dire sur sa façon de penser, sur ce qu'elle ressent et sur ses agissements. Étant donné que chaque personne réagit différemment, il est difficile de prédire les symptômes

qui se manifesteront chez chaque individu, l'ordre d'apparition de ceux-ci ou la vitesse de progression de la maladie.

<sup>1</sup> La maladie d'Alzheimer est un syndrome dont les symptômes comprennent la perte de mémoire, de jugement et de raisonnement, des sautes d'humeur ainsi que des changements de comportement et dans la manière de communiquer. Parmi les affections connexes, notons la démence vasculaire, la démence frontotemporale, la maladie de Creutzfeldt-Jakob et la démence à corps de Lewy.

Dans la plupart des cas, la maladie agira sur les aspects suivants :

**Fonctions cognitives :** La maladie aura une incidence sur la capacité de comprendre, de penser, de se souvenir et de communiquer. La capacité de prendre des décisions se verra également atténuée. De simples tâches, accomplies depuis des années, deviendront difficiles, voire impossibles à réaliser. Par la suite, la mélange d'informations et la perte de mémoire, d'abord celle des événements récents et ensuite, celle des événements du passé, se manifesteront. La capacité de trouver le mot juste et de suivre une conversation sera également touchée.

**Émotions et humeur :** Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer peuvent sembler blasées ou apathiques et peuvent rapidement perdre de l'intérêt pour les passe-temps qu'elles aimaient auparavant. La maîtrise de l'humeur et des émotions devient parfois impossible pour ces personnes. Certains individus deviennent moins expressifs et se retirent. Quoi qu'il en soit, il est maintenant prouvé que même les personnes dont la maladie est en phase avancée peuvent ressentir de la joie, de la colère, de la peur, de l'amour et de la tristesse.

**Comportement :** Les réactions de la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer seront modifiées. Parfois, ses réactions ne seront pas conformes à sa personnalité. Parmi les réactions figurent la répétition de gestes ou de paroles, le fait de cacher ses possessions, les explosions physiques et l'agitation.

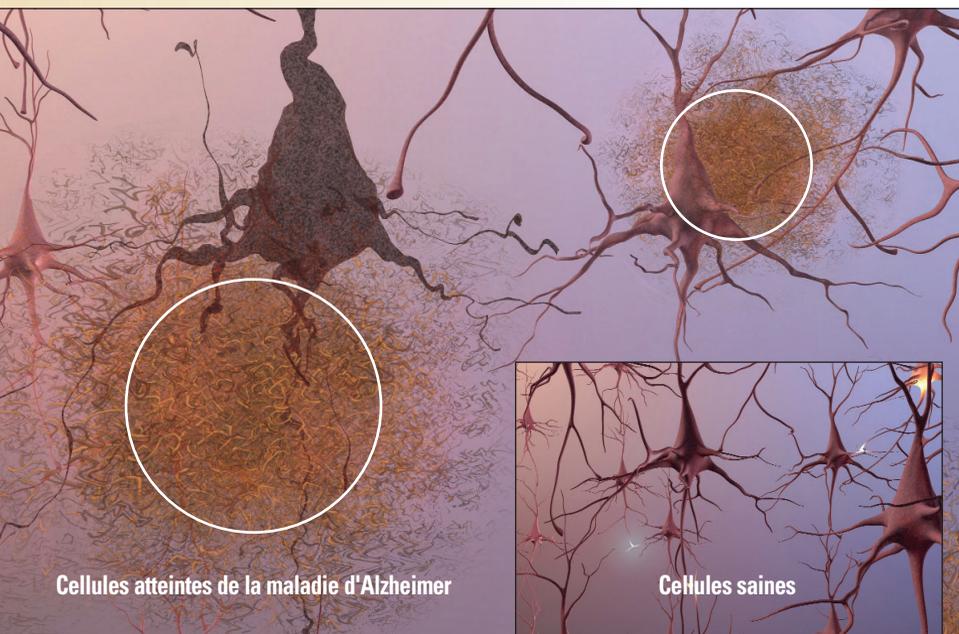
**Habiletés physiques :** La maladie peut avoir une incidence sur la coordination et la mobilité des personnes, modifications qui seront à l'origine d'un déclin physique graduel. Ce déclin agira sur la capacité d'effectuer des tâches quotidiennes de façon autonome, comme se nourrir, se laver et s'habiller.

## Recherche, traitement et stratégies

Des percées importantes ont été réalisées en ce qui concerne les traitements, ce qui pourrait avoir un impact sur le quotidien des personnes atteintes. Par ailleurs, chez bon nombre d'individus, le diagnostic précoce, de pair avec un traitement entrepris au cours des phases initiales de la maladie, améliore la qualité de vie. Plusieurs médicaments ont comme effet de ralentir le processus de dégénération de la mémoire, du langage et de la pensée chez certaines personnes. Bien que ces médicaments ne fonctionnent pas dans tous les cas, ils constituent un pas essentiel vers le traitement de la maladie d'Alzheimer. Des essais cliniques sur de nouveaux médicaments et vaccins s'attaquant au processus de la maladie ont des résultats prometteurs et créent de l'espoir pour de futures percées dans le domaine du traitement, sans compter les nouvelles stratégies de thérapie comportementale qui aident les personnes atteintes de la maladie. Certaines techniques thérapeutiques, notamment l'activité physique et la musicothérapie, sont actuellement jugées efficaces et utiles. Selon la recherche, la qualité de vie des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ainsi que celle de leurs aidants, est nettement améliorée grâce aux activités qui mettent l'accent sur leurs forces et leurs habiletés. Comprendre la personnalité, l'expérience de vie, le système de soutien et les façons de réagir permet d'élaborer une démarche de soins pour préserver, voire améliorer la qualité de vie.

## Facteurs de risque pour la maladie d'Alzheimer

Bien que la cause précise et le traitement de la maladie d'Alzheimer demeurent inconnus, il semble que celle-ci apparaisse lorsque certains facteurs de risque sont réunis et atteignent un niveau seuil. Bon nombre de ces facteurs sont



Cellules atteintes de la maladie d'Alzheimer

Cellules saines