

## Fiche d'information sur les démences – mai 2015

### **Alzheimer et autres formes de démence: des faits, pas des mythes**

**Le terme de démence désigne une maladie impliquant des troubles de plusieurs fonctions cérébrales. Les troubles de la mémoire sont présents dans toutes les formes de démence. Ils s'accompagnent de déficits dans au moins un autre domaine, comme le langage, les capacités pratiques, la reconnaissance des personnes ou des objets, la planification et l'organisation des tâches quotidiennes. La seule présence d'oublis ne constitue pas une démence.**

Le terme de démence est un terme générique. Il existe plus de 50 formes de démence et les formes mixtes sont également courantes. Les démences les plus fréquentes sont la maladie d'Alzheimer (plus de 50 % des cas) et la démence vasculaire. Les différentes maladies présentent parfois une symptomatologie différente. Il existe des médicaments et d'autres thérapies qui peuvent ralentir l'évolution de la maladie et qui contribuent à une meilleure qualité de vie. En d'autres termes, les démences ne se guérissent pas, mais elles peuvent se traiter.

Les troubles cognitifs peuvent également avoir d'autres origines. Chez les personnes âgées, une dépression est souvent confondue avec une démence, et certaines maladies présentent des symptômes similaires à ceux d'une démence (carences alimentaires, troubles du métabolisme, tumeur au cerveau, abus d'alcool, etc.).

#### **Evolution**

Dans une démence, on distingue généralement trois stades: «initial», «modéré», et «avancé». Au stade initial, les symptômes sont discrets. Ce sont principalement la mémoire à court terme ainsi que l'orientation spatiale et temporelle qui sont touchées. Les personnes atteintes ne sont plus à même de gérer leur quotidien sans commettre d'erreur. A ce stade, bon nombre de malades atteints de démence ont des symptômes dépressifs tendent à se replier sur eux-mêmes. Ils peuvent avoir ponctuellement besoin d'aide.

Au stade modéré, le déclin des facultés susmentionnées s'accroît. A ce stade, des troubles psychologiques ou du comportement peuvent se manifester, par ex. sous forme d'angoisses, d'agitation, de déambulation ou de fugues, d'agressivité, de méfiance et de colère, de réactions excessives et de panique, d'idées délirantes et d'hallucinations. A ce stade, les personnes atteintes de démence ont besoin d'une aide quotidienne.

Parmi les symptômes d'une démence avancée, on note des pertes massives au niveau des facultés cognitives, un comportement parfois singulier, des troubles locomoteurs et assez fréquemment une incontinence. A ce stade, les personnes atteintes sont largement tributaires d'aide et de soins.

## L'âge, principal facteur de risque

Une démence peut avoir des causes multiples. Toutefois, et malgré des recherches scientifiques poussées, autant le processus précis de l'apparition des lésions au niveau du cerveau que les facteurs déterminants restent encore largement inconnus. Une chose est sûre: l'âge est le principal facteur de risque. Le risque d'être atteint d'une démence avant 60 ans est minime, mais il double ensuite tous les cinq ans environ. 5 à 7 % des personnes âgées de 70 à 79 ans sont atteintes d'une démence. Chez les 80 à 90 ans, 12 à 25 pourcent des personnes sont touchées, et chez les personnes de 90 ans et plus, une personne sur trois.

Un mode de vie sain peut contribuer à réduire le risque de développer une démence. Certains facteurs de risque peuvent en effet être influencés, comme le suggèrent de récentes études scientifiques. Pour simplifier, on peut dire que ce qui est bon pour un cœur sain l'est aussi pour le cerveau. Il faut donc prendre soin des deux, grâce à une alimentation équilibrée et à une activité physique et mentale suffisante. Vous trouverez de plus amples informations sur la prévention sur le site [www.memo-info.ch](http://www.memo-info.ch).

## Contact :

Association Alzheimer Suisse  
Susanne Bandi  
Responsable Communication  
Tél. 024 426 16 93

Pro Senectute Suisse  
Kathrin Gasser  
Responsable adj. Marketing & Communication  
Tél. 044 283 89 56