



**DOMPLUS GROUPE**  
*Priorité à la Personne*

## FICHE PRATIQUE

# La maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées

Le présent document est la propriété de DOMPLUS Groupe ®.  
La reproduction de tout ou partie de ce document, sur quelque support que ce soit, est formellement interdite.

ACCOMPAGNER TOUS LES PARCOURS DE VIE



# 1 - Que provoque la maladie d'Alzheimer ?

La maladie d'Alzheimer est une affection du cerveau dite "neuro-dégénérative", qui entraîne une disparition progressive des neurones, et une diminution des facultés cognitives et comportementales.

Elle n'est pas une conséquence du vieillissement, mais apparaît généralement chez les personnes âgées.



La maladie provoque des **lésions cérébrales** chez la personne atteinte.

Les causes de l'apparition des lésions provoquées par la maladie d'Alzheimer n'ont pas encore été clairement identifiées par les chercheurs.



## Les lésions cérébrales engendrent les troubles suivants :

- **Troubles de la mémoire**, qui sont évolutifs :
  - D'abord la mémoire épisodique : oublie d'événements récents, de rendez-vous, ne sait plus se repérer dans une ville familière...
  - Puis la mémoire du travail : qui permet de retenir des informations dans l'immédiat pour les utiliser en cas de besoin, organiser son discours, prendre des décisions.
  - Enfin la mémoire à long terme : c'est l'atteinte de cette mémoire qui fait que la personne malade perd ses repères jusqu'à ne plus se retrouver dans sa maison, ne plus reconnaître ses proches, et qui perturbe sa capacité à se créer de nouveaux souvenirs. La mémoire sémantique, qui correspond au bagage culturel, est également atteinte.
- **Troubles des gestes** : le malade perd progressivement la capacité d'exécuter des gestes qu'il a acquis tout au long de sa vie. Cela touche d'abord des actions compliquées, comme l'écriture, puis s'étend ensuite aux gestes simples du quotidien (se laver, manger, s'habiller...).
- **Troubles des fonctions exécutives** : la maladie d'Alzheimer altère les capacités à se concentrer, à planifier des actions et à raisonner. On parle de fonctions « exécutives », car elles permettent d'exécuter une action du début à la fin. Des tâches simples et autrefois automatiques vont demander au malade de plus en plus de temps et d'efforts.  
*Ces troubles apparaissent en général précocement.*
- **Troubles émotionnels** : anxiété, apathie, irritabilité, euphorie, dépression, sont des troubles qui peuvent toucher la personne malade, avec plus ou moins d'intensité.
- **Troubles du comportement** : agressivité, agitation, comportements moteur aberrant (errance, activité répétitive), troubles du sommeil et de l'alimentation, désinhibition, idées délirantes et hallucinations...
- **Troubles du langage** : après les troubles de la mémoire, ce sont les troubles du langage qui sont les plus importants.
- **Troubles de la reconnaissance** : les objets usuels ou les personnes ne sont plus reconnus.  
*Ces troubles surviennent à un stade déjà avancé de la maladie.*

## 2 - Les facteurs de risque

Les antécédents familiaux (patrimoine génétique) sont un des facteurs de risque. Les chercheurs ont également mis en évidence des facteurs qui augmentent les probabilités de l'atteinte par cette maladie, sans en être la cause :

- **l'âge** : les personnes âgées sont les plus touchées ;
- **le sexe** : le risque d'apparition de la maladie est plus important chez les femmes (en particulier après 80 ans) ;
- **les facteurs de risque cardio-vasculaires** :
  - ✓ le diabète,
  - ✓ le cholestérol,
  - ✓ l'obésité et le surpoids,
  - ✓ l'hypertension artérielle,
  - ✓ le tabac,
  - ✓ l'alcool,
  - ✓ la sédentarité,
  - ✓ le stress chronique,
  - ✓ la dépression,
  - ✓ trop peu d'activités intellectuelles stimulantes, ...



# 3 - Le diagnostic

La première étape afin de diagnostiquer la maladie est de **consulter son médecin généraliste** : c'est lui qui réalise une évaluation globale.

Il décide, ensuite, d'orienter la personne vers un neurologue ou gériatologue, et prescrit généralement en parallèle, un examen d'imagerie cérébrale et une prise de sang. Il peut s'en suivre un bilan médical global, et un examen psychiatrique si nécessaire.

**Cette maladie peut faire l'objet d'une reconnaissance en ALD (Affection Longue Durée).**



Le patient peut également se rendre en consultation mémoire. Il s'agit d'une hospitalisation de jour, qui permet d'effectuer toutes les consultations et les examens nécessaires afin d'établir un diagnostic.

- Trouver un établissement : <https://www.annuaire-med-alz.org/>
- Tester sa mémoire : <https://alzheimer-recherche.org/tests-quiz/>
- Comprendre la maladie : <https://www.francealzheimer.org/maladie-dalzheimer-vos-questions-nos-reponses/>

**À ce jour, il n'existe pas de traitement qui permette de guérir de la maladie, seulement d'améliorer les symptômes et de ralentir la progression de la maladie.**

# 4 - Les répercussions psychologiques

**L'annonce même du diagnostic** peut provoquer des émotions très fortes, allant de la **peur de l'avenir** à la **dépression** en passant par la **honte** ou le **déni**.

De plus, avec la progression de la maladie, le patient se rend compte que ses capacités baissent.

Le **sentiment de dépendance** est difficile à vivre et peut expliquer des modifications de comportement.



La modification des traits de caractère peut être très impressionnante, surtout chez un proche que l'on ne reconnaît plus dans ses réactions, ses humeurs ou encore l'expression de ses émotions.

**Des psychologues, des groupes de parole ou encore des formations sont là pour aider le malades et surtout les proches.** L'association France Alzheimer ([www.francealzheimer.org](http://www.francealzheimer.org)) sera un interlocuteur privilégié dans ce domaine.

Dans le cadre d'une annonce difficile, les individus peuvent passer par différentes phases : ce sont les étapes du changement. Identifier ces étapes peut permettre une certaine prise de recul.

- **Le Dén**

La plupart du temps, il n'est que partiel, la personne malade ou l'entourage nie la réalité. C'est un mécanisme de défense qui n'est pas contrôlé.

- **La colère**

La personne malade ou ses proches traversent une étape de colère. C'est une façon de lutter contre une réalité douloureuse.

- **La Culpabilité**

Elle concerne les proches de la personne malade. Avec la prise de conscience de la maladie, les proches reviennent sur leurs attitudes, ils se reprochent de ne pas avoir compris, d'avoir mal agi. Ce sentiment de culpabilité peut être très fort.

- **La Dépression**

La personne malade et ses proches peuvent avoir envie de pleurer ou avoir besoin de parler de ce qui leur arrive, de comprendre, de donner un sens à cette épreuve.

- **L'Acceptation**

C'est la dernière étape que tout le monde n'atteint pas. Il ne s'agit pas de renoncement, mais de reconnaître que la maladie est là. L'entourage peut ainsi s'adapter, mieux s'organiser pour accompagner la personne malade. La peine est toujours là, mais l'entourage fait face avec toutes ses capacités de raisonnement et de jugement.



# 5 - Les répercussions sur la vie quotidienne

Le malade va avoir de plus en plus de mal à effectuer, seul, comme avant, des tâches complexes telles que gérer son budget et ses affaires administratives ou conduire sa voiture.

A un stade plus avancé de la maladie certains malades fuient, d'autres déambulent des heures dans la maison.

Des gestes de la vie courante jusqu'ici simples, comme s'habiller, se laver ou manger seul, vont devenir insurmontables, imposant la nécessité d'avoir en permanence la présence de quelqu'un aux côtés du malade.

Ainsi, au fur et à mesure de l'évolution de la maladie, c'est toute la vie et l'environnement du malade qu'il va falloir repenser. Notamment si la personne atteinte de la maladie reste vivre à son domicile : il va alors être nécessaire de s'organiser et de prévoir des aménagements afin :

- d'adapter le logement ;
- d'assurer sa sécurité, son confort ;
- de protéger ses intérêts ;
- de maintenir autant que possible les échanges et sa qualité de vie ;
- et également de soulager les aidants.

Pour les aidants familiaux, cela représente une lourde responsabilité, des soins et une attention de tous les instants qui justifient d'avoir souvent recours à des aides extérieures : services à la personne, soins à domicile (kiné, orthophonistes...).

- **Pour trouver des professionnels de santé :**  
<https://annuaire.sante.ameli.fr/>
- **Pour se renseigner sur les services d'aide à domicile :**  
<https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/vivre-a-domicile/beneficier-daide-a-domicile>

**L'intervention des aidants est souvent très prenante, fatigante, parfois usante. Il est nécessaire de veiller au bien-être de l'aidant, sans qui, le maintien à domicile est bien souvent impossible.**

## 6 - Les associations spécialisées

Cette association œuvre pour soutenir les familles des malades, informer l'opinion et les pouvoirs publics, contribuer à la recherche, et former les bénévoles et les professionnels de santé.

Présente dans toute la France à travers des associations départementales et antennes de proximité, **elles proposent des groupes de parole, des formations pour les aidants, des activités aidant/aidé...**

[www.francealzheimer.org](http://www.francealzheimer.org)



**D'autres associations soutiennent les aidants**, telles que : l'Association Française des Aidants (<http://www.aidants.fr/>), ou encore allo Alzheimer et sa ligne d'écoute de 20h à 22h au 0970 818 806. D'autres organismes proposent des **services d'échanges entre aidants**, tels que, Elpyoo (<https://elpyoo.com/>) ou la Compagnie des aidants (<https://lacompaniedesaidants.org/>).

Pour les plus jeunes (de 8 à 18 ans), l'association **JADE** : Jeunes Aidants Ensemble, propose des conseils et des séjours de répit et de création audiovisuelle durant les vacances scolaires. De plus, certains partenaires de leur réseau proposent des ateliers de proximités comme sur Lyon, Briançon, Toulouse, Paris... <https://jeunes-aidants.com/>

Il existe également des ressources spécialisées pour les enfants, telles que [www.alzjunior.org](http://www.alzjunior.org) qui explique la maladie d'Alzheimer aux plus jeunes.