

La prévention de la maladie d'Alzheimer



Vivre vieux mais en bonne santé ! Voici le défi des années à venir.

La maladie d'Alzheimer



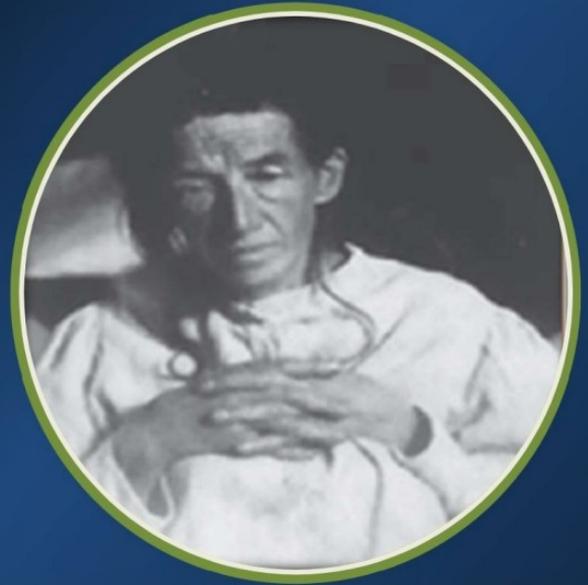
La maladie d'Alzheimer

- Découverte en 1906 par Aloïs Alzheimer



1864-1915

- Sa patiente s'appelle Mme Auguste D., elle a 51 ans
- 1ere description clinique + mise en évidence de lésions neuronales dans le cerveau
- La maladie d'Alzheimer est née



Auguste D., 51 ans

Maladie neurologique

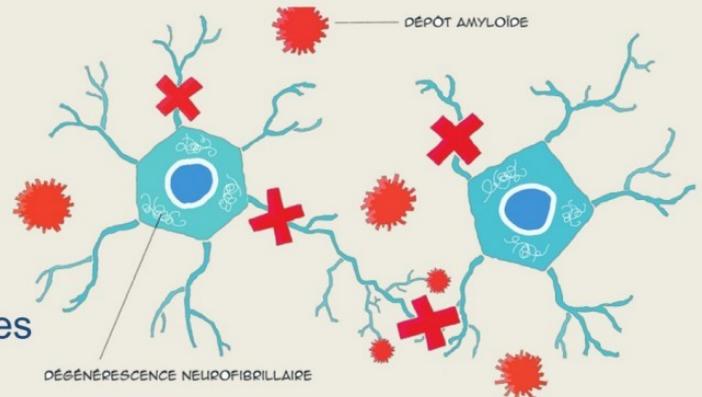
- On parle de **maladie neuroévolutive** qui entraîne une **détérioration progressive des neurones**

2 acteurs :

- 1) protéine beta-amyloïde
- 2) protéine tau

Conséquences :

- 1) dépôts amyloïdes
- 2) dégénérescences neurofibrillaires



Les lésions dans le cerveau se forment 15/20 ans **AVANT** l'expression clinique. Maladie d'apparition **insidieuse** et **progressive**.

Maladie qui modifie le fonctionnement cognitif

Les grandes fonctions cognitives

- La perception
- L'attention
- L'apprentissage et la mémoire
- Le langage
- Les fonctions exécutives pour l'action
- La cognition sociale pour la vie sociale

Maladie qui touche la mémoire



Je me souviens = mémoire Episodique

enregistrement d'informations nouvelles associées à un moment et un lieu.
C'est la partie de la mémoire qui restaure le souvenir d'événements vécus personnellement.

Je sais faire = mémoire Procédurale

faire du vélo, jouer du piano etc.
Une fois acquis, devient une nouvelle habileté automatisée.

Je sais = mémoire Sémantique

bagage culturel, connaissance sur le monde, les objets, les personnes.

Trouble de la mémoire épisodique = mode inaugural le plus fréquent

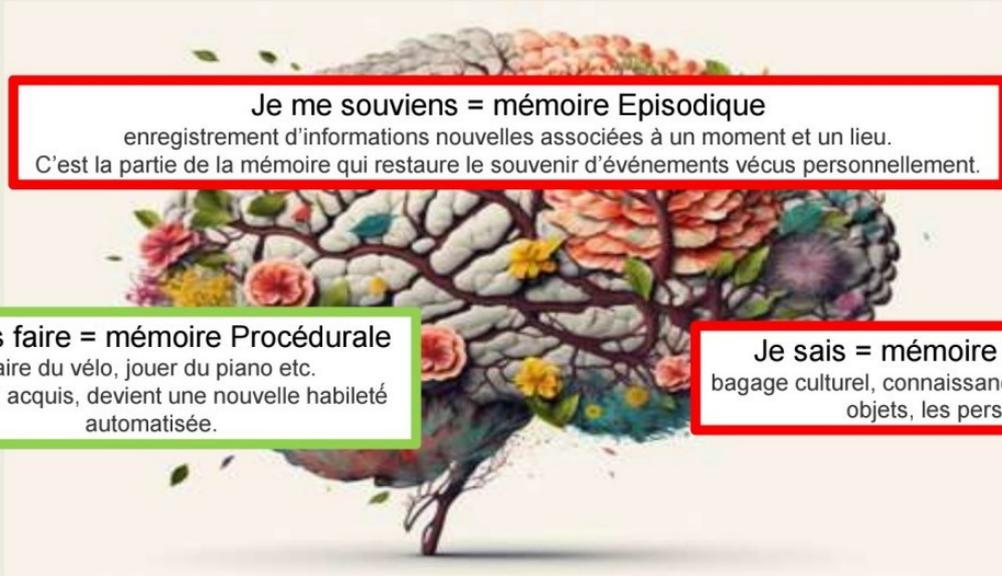


Je me souviens = mémoire Episodique
enregistrement d'informations nouvelles associées à un moment et un lieu.
C'est la partie de la mémoire qui restaure le souvenir d'événements vécus personnellement.

Je sais faire = mémoire Procédurale
faire du vélo, jouer du piano etc.
Une fois acquis, devient une nouvelle habileté automatisée.

Je sais = mémoire Sémantique
bagage culturel, connaissance sur le monde, les objets, les personnes.

Maladie qui touche les mémoires avec le temps mais pas toutes



Je me souviens = mémoire Episodique

enregistrement d'informations nouvelles associées à un moment et un lieu.
C'est la partie de la mémoire qui restaure le souvenir d'événements vécus personnellement.

Je sais faire = mémoire Procédurale

faire du vélo, jouer du piano etc.
Une fois acquis, devient une nouvelle habileté automatisée.

Je sais = mémoire Sémantique

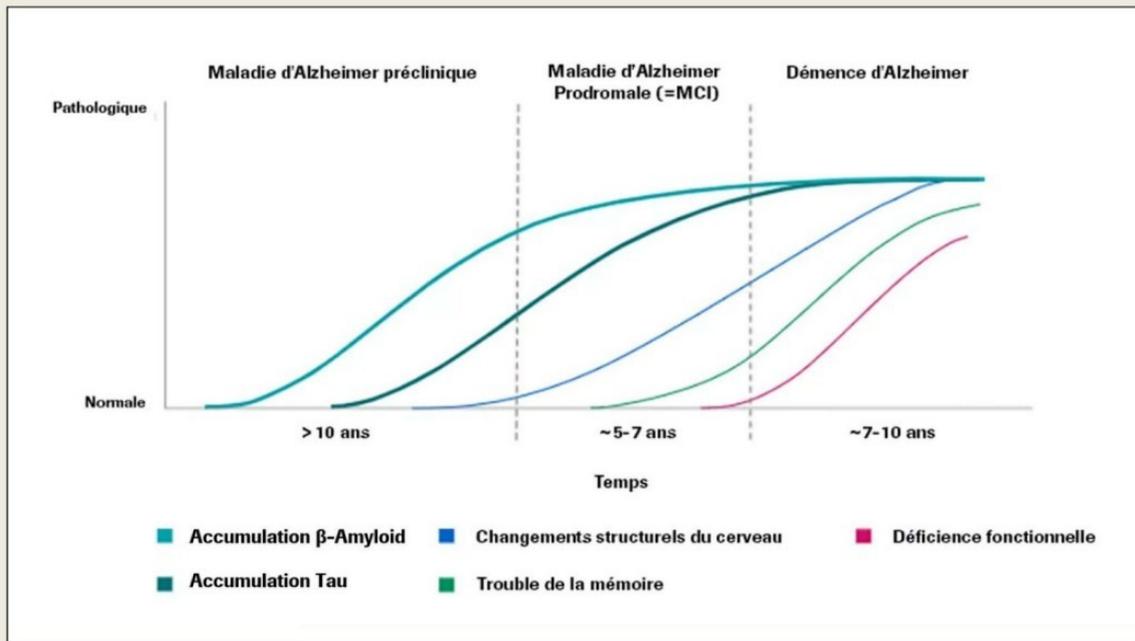
bagage culturel, connaissance sur le monde, les objets, les personnes.

Evolution clinique de la maladie

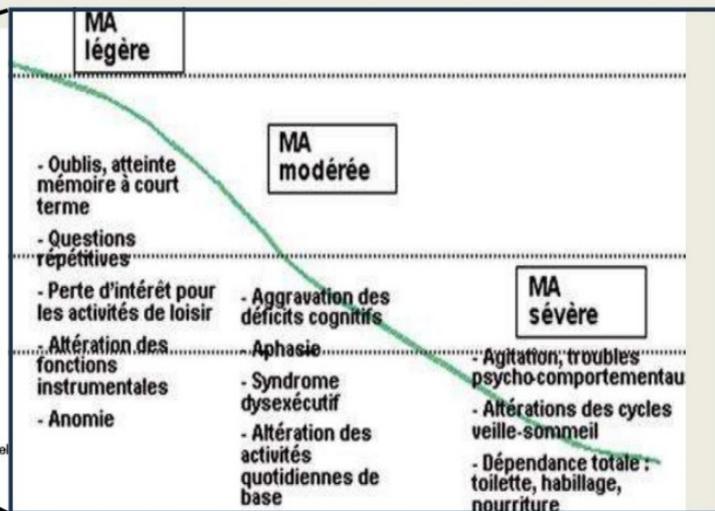
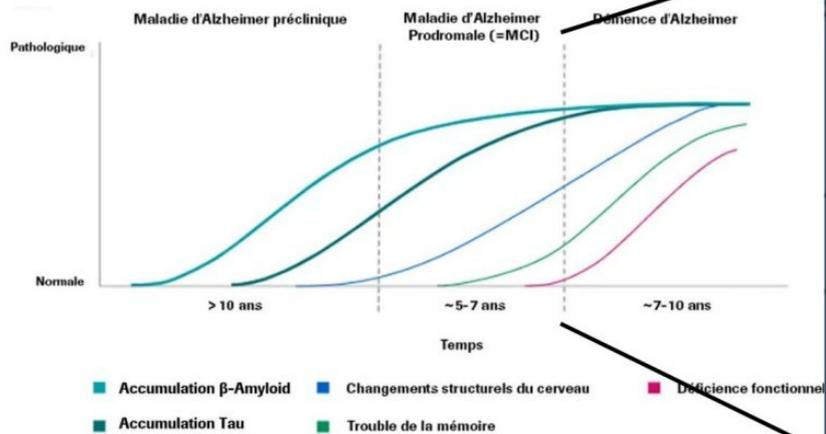


- Trouble de la mémoire épisodique
- Puis apparition progressive d'autres troubles cognitifs comme le langage

Evolution neurologique de la maladie



Les stades de la maladie et la perte d'autonomie progressive



Impact social & familial

- 11% des français de +30 ans ont 1 proche (parent/conjoint) touché par la maladie
- Seulement 35% des personnes seraient diagnostiquées
- **2% de la population française est touchée**, soit près d'1,3 million de personnes concernées
- 225 000 nouveaux cas par an
- Les femmes sont les plus touchées (65% des personnes souffrant de maladie neuroévolutive)
- Environ 5 millions d'aidants

Source :fondation recherche Alzheimer 2023

La maladie d'Alzheimer à la Réunion



Source ORS 2021

- En 2021, 5200 patients pris en charge mais .. Toutes les personnes ne sont pas diagnostiquées !
- Le Taux de prise en charge est inférieur à la Réunion par rapport à la France après 75 ans
- Prépondérance féminine

La prévention



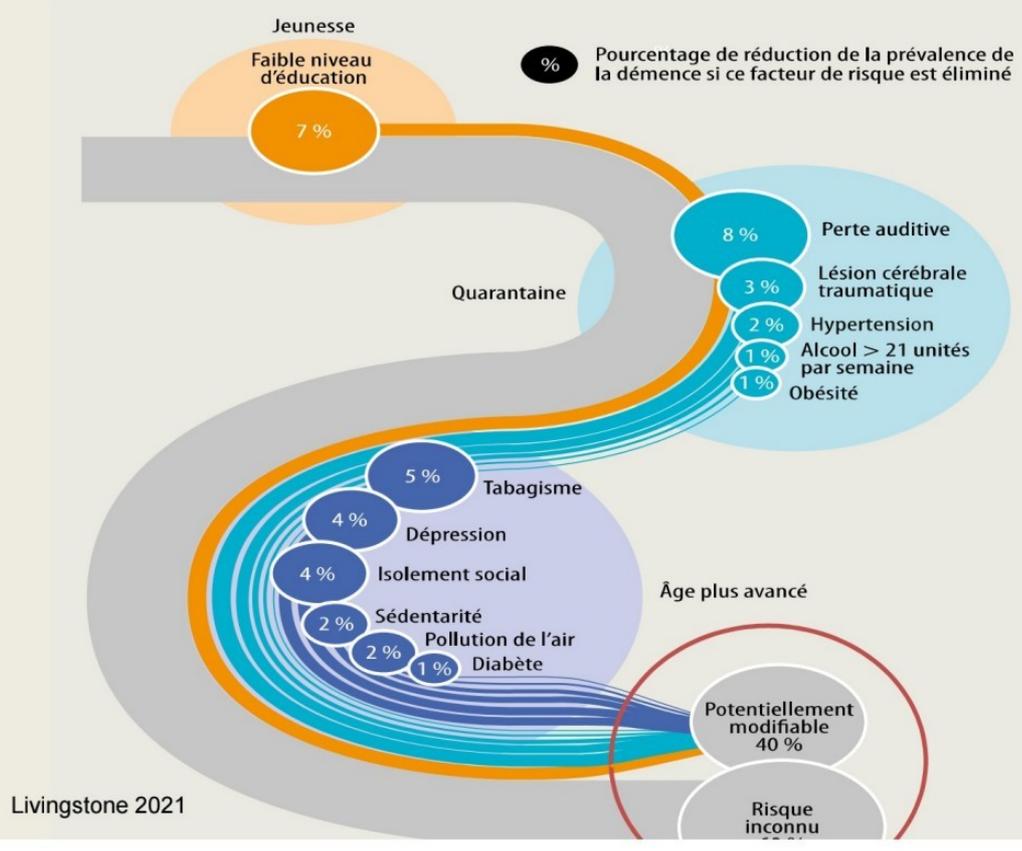
Prevention = agir avant ...mais...

La Maladie est pluricausale et on admet ne pas pouvoir agir sur tout :

- **L'âge** : progrès de la médecine nous permette de vivre plus longtemps mais un âge avancé augmentent la probabilité d'observer des fragilités, et la survenue de la Maladie d'Alzheimer
- **Les mutations génétiques** : gène APP, PSEN1, PSEN2 (moins de 1% des MA - rare); gène apolipoprotéine (intervient pour la protéine amyloïde) avec un risque qui augmente en fonction du nombre d'allèle epsilon touché (1 = risque x 2/3; 2 = risque x10)
- Susceptibilité ou prédisposition génétique multiplié par 1,5 pour 1 parent proche touché et par 2 si 2 parents touchés.



**Identifier précocement
des facteurs de risque
REVERSIBLES**



Enfance & Adolescence

Facteurs de risque

- Niveau éducatif
- Niveau socio-économique

Facteurs de protection

- Niveau éducatif
- Vie saine : alimentation, sommeil, activités physiques
- Stabilité de l'environnement familial, scolaire
- Sécurité émotionnelle

IMPACT SUR LA CONSTITUTION DE LA RESERVE COGNITIVE

Vie adulte : 20 à 60 ans

Facteurs de risque

- ✓ Sédentarité (2h30 par semaine selon OMS d'exercice physique)
- ✓ Maladies à l'origine des lésions cardio/neurovasculaire : diabète, HTA, tabagisme, surpoids
- ✓ Dépression et stress
- ✓ Trouble du sommeil
- ✓ Médicaments (iatrogénie)
- ✓ Traumatismes crâniens

Facteurs de protection

- Activités physique, mentale et sociale
- Traitements des facteurs de risque cardio/neurovasculaire
- Alimentation équilibrée et riche en oméga 3, régime méditerranéen

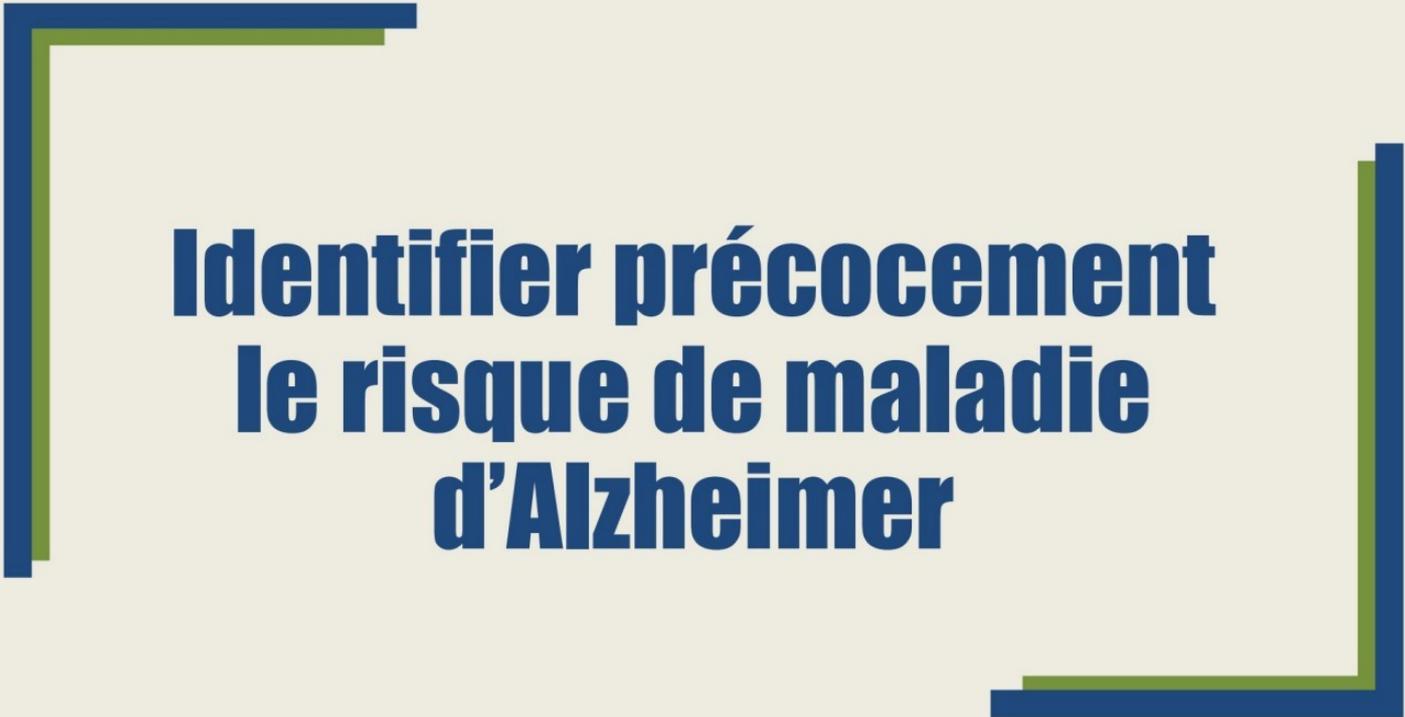
Vie adulte : après 60 ans

Facteurs de risque

- Sédentarité (2h30 par semaine selon OMS d'exercice physique)
- Maladies à l'origine des lésions cardio/neurovasculaire : diabète, HTA, tabagisme, surpoids
- Trouble du sommeil
- **Presbyacousie**
- **Isolement social**

Facteurs de protection

- Activités physique, mentale et sociale
- Traitements des facteurs de risque cardio/neurovasculaire
- Alimentation équilibrée et riche en oméga 3, régime méditerranéen
- **Rester actif, curieux**
- **Aimer la vie**



Identifier précocement le risque de maladie d'Alzheimer

Les 10 signes qui doivent attirer l'attention chez la personne âgée

. Oubli de plus en plus souvent des événements récents alors que les souvenirs anciens sont préservés, plus importants en fréquence et en qualité que les oublis banals.

- Difficulté de concentration, à faire des tâches complexes, maintenir son activité jusqu'au bout
- Difficulté à réaliser des tâches familières
- Se désorienter dans le temps et dans les lieux nouveaux
- Perdre les objets
- Difficultés de reconnaissance des visages non familiers
- Diminution des capacités de jugement et de prise de décision
- Retrait progressif des activités professionnelles et sociales
- Changements de comportement, d'humeur ou de personnalité

Intérêt du diagnostic précoce de la maladie d'Alzheimer ?

OUI mais si suivi d'un engagement d'accompagnement et de prise en charge.

Médicamenteux : traitement anti-amyloïde, inhibiteur de l'acétylcholinestérase

Non médicamenteux : orthophonie, psychologie, kinésithérapie, activité physique adapté, accueil de jour, ...

Améliore la **qualité de vie**, des patients et des aidants, diminue les troubles du comportement et le recours aux psychotropes, retarde l'entrée en institution

Intérêt d'un accompagnement précoce

Pour la prise en charge adaptée

- Prévention des complications médicales, sociales,
- Désignation d'une personne de confiance, directives anticipées
- Protection juridique
- Aide financière
- Conduite automobile

Pour un accompagnement familial précoce

- Information plus objective à la famille
- Prévention de l'épuisement familial par la mise en place précoce et progressive d'aides et soutiens

Prise en charge précoce et adaptée

permet un meilleur accompagnement aux différents stades de la maladie grâce à l'anticipation et la planification de l'avenir par le patient et ses proches.

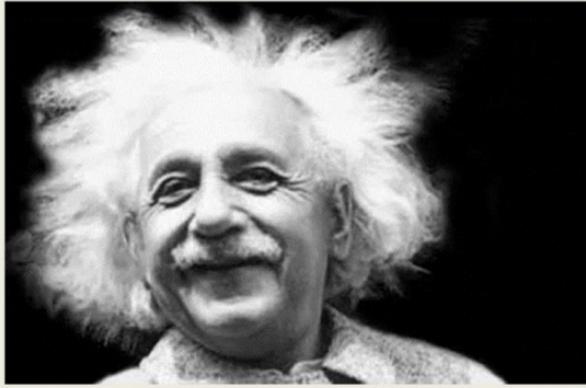
Permet d'avancer plus sereinement !

Si je résume

Que dois-je faire dès aujourd'hui pour me maintenir en santé cognitive quand j'avance en âge



**Me cultiver, faire travailler ma mémoire,
maintenir des apprentissages tout au
long de la vie, rester curieux**



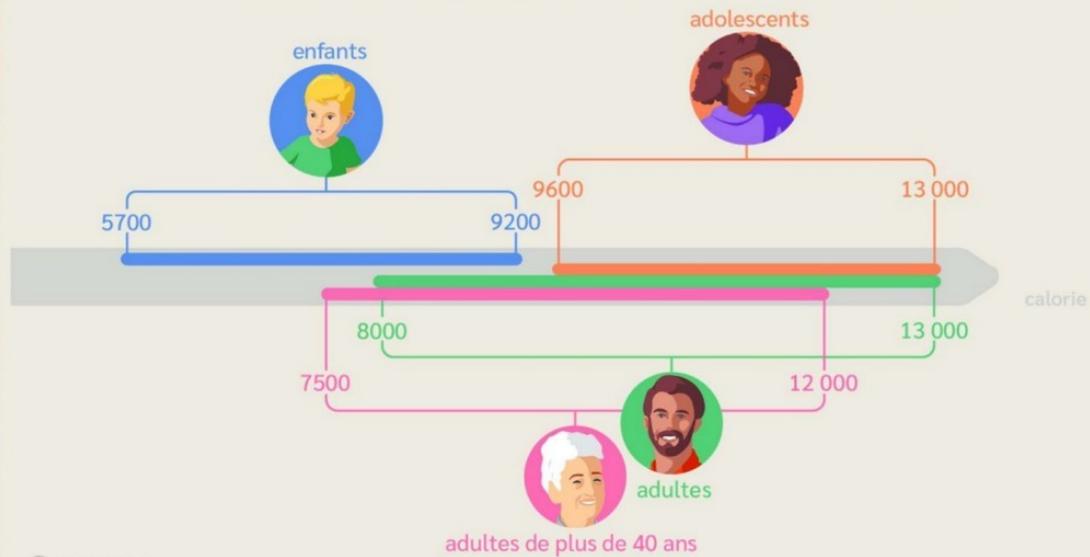
Maintenir une vie sociale, culturelle, religieuse



Alimentation, santé et vieillissement



Les besoins énergétiques d'individus d'âges différents



Lutter contre la perte auditive



Faire du sport



Être aimé



Aimer la vie



Aimer



Merci pour votre attention



Programme de formation de FAR – 2024 - JP Serveaux – S Michalon – JM Eychenne