

# Face à la maladie d'Alzheimer l'important, c'est d'anticiper

**Toulon** À l'occasion de la Journée mondiale Alzheimer, le Palais Neptune accueille aujourd'hui tables rondes et forum pour mieux connaître la maladie. Rencontre avec l'un des neurologues intervenants

**A**lzheimer est la maladie qui effraie le plus les Français (1), après le cancer. Or on n'a jamais aussi peur que de ce qu'on ne connaît pas. Pour en savoir un peu plus sur cette pathologie neuro-dégénérative, qui compte 850 000 patients dans l'Hexagone, nous avons demandé au Dr Jean-Marie Quiquempois, neurologue au service consultation mémoire de l'hôpital Sainte-Musse de Toulon et intervenant aujourd'hui lors du forum organisé au Palais Neptune, de nous en dire plus.

Histoire de démystifier et de mieux connaître l'ennemi.

## ● Qui est touché

Il n'y a pas de profil type explique le Dr Quiquempois. Au-delà de 65 ans, on estime qu'environ 5 % de la population est touchée. «*Mais deux personnes totalement semblables,*

*par ailleurs, peuvent être, l'une malade et l'autre non.*»

L'hérédité est minime (moins de 5 % des cas) et si on compte un peu plus de femmes atteintes d'Alzheimer, c'est en fait parce qu'elles vivent plus âgées.

Il se dit aussi que, sans qu'on puisse l'expliquer, les gens qui ont un niveau d'instruction élevé sont protégés. Mais, tempère le neurologue, «*ils peuvent être malades, mais plus tard.*»

## ● À partir de quel âge

Les cas de maladie d'Alzheimer avant 65 ans sont «*exceptionnels*» assure le Dr Quiquempois. Le plus souvent les patients qui viennent consulter pour la première fois sont âgés de 75 à 80 ans.

## ● Comment se prémunir

Contrairement à une idée reçue, il n'y a aucun moyen de se prémunir contre la maladie d'Alzheimer. Pas même le fait d'«*exercer*» son cerveau, de travailler sa mémoire.

En revanche, il existe des facteurs de risque sur lesquels on peut agir. «*Tout ce qui altère le fonctionnement artériel et, en conséquence, le tissu cérébral est un facteur de risque.*» Hypertension, diabète, cholestérol, tabagisme...

Autrement dit, avec une bonne hygiène de vie «*on protège ses artères et on se prémunit contre la maladie.*»

## ● Quels signes

Le plus souvent, c'est la famille, plus que le patient, qui remarque des éléments qui, mis bout à bout, peuvent mettre la puce à l'oreille. «*Mais aucun n'est spécifique.*» Évidemment des troubles de la mémoire semblent particulièrement alarmants. Là encore, cependant, le médecin rappelle qu'il y a «*mille autres raisons d'avoir des troubles de la mémoire: le manque de sommeil, les préoccupations. C'est justement le rôle du spécialiste de s'assurer qu'il n'y a rien d'autre.*»

## ● Comment dépister

Pour le dépistage, il faut consulter un spécialiste – neurologue, gériatre, voire certains psychiatres. «*La première chose, c'est tout de même d'aller voir son généraliste, afin qu'il puisse écarter d'autres possibilités.*» En consultation, le médecin revient sur l'histoire de la maladie, examine le patient, le soumet à un bilan neuropsychologique, à une IRM cérébrale afin d'exclure d'autres pathologies. En réalité, le diagnostic de maladie d'Alzheimer n'est jamais certain à 100 %. La seule manière nécessite l'autopsie du cerveau.

## ● Quel traitement et accompagnement

Soyons clairs: aucun médicament ne guérit d'Alzheimer. Les seuls traitements qui existent atténuent les symptômes, notamment en ce qui concerne la mémoire et le comportement. «*On voit des patients dont le sommeil ou l'appétit s'améliore, qui sont moins tristes ou moins irritables.*» Ici aussi, rien ne sert de faire des exercices intellectuels, même si «*des activités neuropsychologiques ou orthophoniques peuvent permettre de maintenir des fonctions qui ne sont pas encore touchées.*»

L'important, souligne le Dr Quiquempois, est surtout d'anticiper la dépendance. Il insiste sur le rôle des ai-

dants, familiaux ou non: «*Il faut qu'eux aussi se préparent!*»

## ● Quelle évolution

L'évolution de la maladie est variable en fonction des patients. «*Rien n'est prévisible*», admet le neurologue. Il note toutefois que les traumatismes physiques ou psychologiques peuvent aggraver la maladie. Une nouvelle fois, il souligne l'importance de l'anticipation: «*Il faut savoir que ça peut exister.*»

**VIRGINIE RABISSE**

1. Selon un sondage Ipsos publié ce mardi dans *La Croix*.

## Ça se passe aujourd'hui

De 15 h à 17 h: table ronde organisée par le CCAS, avec présentation des différents dispositifs pour faire face à la maladie. De 17 h 30 à 19 h: forum médical organisé par le service consultation mémoire de l'hôpital Sainte-Musse sur les thèmes: «*Les formes cliniques*» par le Dr Jean-Marie Quiquempois, neurologue; «*L'âge du début de la maladie*» par le Dr Gil Petitnicolas, neurologue; «*L'évolution avec l'exemple des déclineurs rapides*» par le Dr Frédéric Macia, neurologue.

## Savoir +

Palais Neptune de 14 h 30 à 19 h.

Gratuit sous réserve des places disponibles. Rens. sur [www.toulon.fr/ccas](http://www.toulon.fr/ccas) et [www.ch-toulon.fr](http://www.ch-toulon.fr)