



Trousse d'outils en cas d'obtention d'un diagnostic

La Société Alzheimer vous propose une trousse à outils qui vous aidera à avoir une conversation avec votre médecin ou fournisseur de soins de santé sur les préoccupations et les questions que vous pourriez avoir en cas de diagnostic.

Les symptômes des troubles cognitifs peuvent comprendre : la perte de mémoire, la difficulté à exécuter des tâches quotidiennes et des changements d'humeur et de comportement. Certains peuvent penser que ces symptômes font partie du processus de vieillissement normal, mais ce n'est pas le cas. Si vous remarquez n'importe lequel de ces symptômes ou des changements dans les aptitudes, le comportement ou la communication, il est important de consulter un médecin. Les changements pourraient être dus à une affection guérissable, comme la dépression, des interactions médicamenteuses ou une infection.

Pour vous aider à vous préparer à votre visite chez le médecin, la Société Alzheimer vous propose la liste suivante :

- Passer en revue les signes précurseurs : y a-t-il des changements dans les aptitudes, le comportement ou la communication? Il n'existe pas un nombre donné de signes précurseurs que vous devez présenter avant de vous rendre chez le médecin.
 - Remplissez le formulaire Comment se préparer à un rendez-vous médical, et, si possible, donnez des exemples spécifiques :
 - Quels symptômes avez-vous remarqués?
 - Quand sont-ils apparus pour la première fois?
 - Comment ont-ils évolué dans le temps?
 - Pour toute question, contactez la Société Alzheimer.
- Prenez rendez-vous chez le médecin et indiquez-lui la raison de votre visite.
 - Relisez les renseignements relatifs à l'obtention d'un diagnostic pour savoir à quoi vous attendre lors de votre rendez-vous.
 - Au moment de votre rendez-vous, emportez votre formulaire Comment se préparer à un rendez-vous médical ainsi que vos notes.
 - Si vous recevez un diagnostic, demandez à votre médecin de vous orienter d'abord vers le programme Premier lien^{MD} de la Société Alzheimer ou contactez la Société Alzheimer.

Trouvez une Société Alzheimer près de chez vous
en vous rendant à www.alzheimer.ca





Comment se préparer à un rendez-vous médical

Remplissez ce questionnaire de votre mieux. Montrez-le à votre médecin. Soyez honnête et ouvert avec votre médecin lorsqu'il vous posera des questions sur les changements qui se produisent dans votre vie.

Est-ce que vous ou la personne dont vous prenez soin avez rencontré les problèmes suivants?

1. Attention

- Être facilement distrait(e)
- Perdre le fil de sa pensée pendant une conversation

2. Mémoire

- Poser sans cesse les mêmes questions ou répéter les mêmes informations
- Égarer des choses
- Laisser la cuisinière allumée, le robinet couler ou oublier de fermer la porte à clé
- Oublier des rendez-vous ou la date du jour

3. Langage

- Trouver des mots courants ou les noms des gens
- Substituer des mots incorrects
- Suivre une conversation avec plusieurs participants
- Comprendre des instructions verbales ou écrites simples

4. Vision et espace

- Se perdre dans des endroits familiers
- Reconnaître des visages
- Ne pas trouver son chemin en conduisant

5. Raisonnement

- Planifier et organiser vos activités quotidiennes
- Savoir quoi faire si un incendie se déclare ou si quelqu'un tombe soudainement malade
- Conduire, gérer vos finances, faire fonctionner des appareils électroménagers

6. Coordination

- Enchaîner les mouvements en séquence comme préparer un café ou un bain
- Utiliser des ustensiles pour manger ou des objets d'hygiène personnelle

7. Humeur

- Se sentir déprimé(e) la plupart du temps
- Perdre tout intérêt pour certaines activités

8. Personnalité et comportement

- Voir ou entendre des choses que les autres ne voient ou n'entendent pas
- Se méfier des autres parce que vous pensez qu'ils vous veulent du mal
- Souffrir d'agitation/d'agressivité verbale ou physique
- Avoir des changements dans votre personnalité
- Avoir un comportement social inapproprié; des agissements contraires à votre personnalité
- Avoir des envies alimentaires inhabituelles (p. ex., glucides ou bananes)

9. Activités quotidiennes

- Exécuter des tâches habituelles, comme s'habiller ou prendre un bain
- Planifier ou organiser vos activités quotidiennes, comme gérer vos finances, sortir seul(e).



Médicaments et antécédents médicaux

Indiquez les médicaments (posologie, dose) sur ordonnance et en vente libre que vous prenez :

Indiquez les suppléments à base de plantes médicinales que vous prenez :

Indiquez toute maladie ou affection dont vous souffrez actuellement :

Autres questions à poser au médecin

Quels tests dois-je passer et combien de temps faudra-t-il pour obtenir un diagnostic?

Allez-vous me recommander un spécialiste?

Est-ce que les médicaments que je prends pourraient causer mes symptômes?

Est-ce que je souffre d'autres maux qui pourraient causer ou aggraver mes symptômes?

À quoi dois-je m'attendre s'il s'agit de la maladie d'Alzheimer?

Quels sont les traitements disponibles pour la maladie d'Alzheimer? Quels sont les risques et les effets secondaires possibles associés à ces traitements?

Y a-t-il possibilité de participer à un essai clinique? Quels sont les risques et les avantages?

Y a-t-il autre chose que je devrais savoir?

Quand devrais-je retourner vous voir pour une autre visite?

Sources : - Preparing for your doctor's visit, Association Alzheimer des États-Unis.
- Masellis, M., Black, S.E., Assessing patients complaining of memory impairment. Geriatrics & Aging, 11 (2008).





Dix signes précurseurs

- 1. Perte de mémoire affectant les habiletés usuelles**
Il est normal d'oublier parfois un rendez-vous, le nom d'un collègue ou un numéro de téléphone, et de s'en souvenir plus tard. La personne atteinte de la maladie d'Alzheimer oubliera plus fréquemment ou aura de la difficulté à se rappeler une information récente.
- 2. Difficulté à exécuter des tâches familières**
Il arrive aux gens très occupés d'être tellement distraits qu'ils oublient de servir une partie du repas, ce dont ils ne se souviendront que plus tard. Par contre, une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer peut avoir de la difficulté à s'acquitter de tâches qu'elle a accomplies toute sa vie, comme préparer un repas ou jouer à un jeu de société.
- 3. Troubles du langage**
Tout le monde a parfois de la difficulté à trouver le mot juste, mais la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer peut oublier des mots faciles ou leur substituer d'autres mots, ce qui rendra ses phrases difficiles à comprendre.
- 4. Désorientation dans l'espace et dans le temps**
Il est normal d'oublier le jour de la semaine ou même sa destination. Pendant un instant seulement! La personne atteinte de la maladie d'Alzheimer, elle, risque de se perdre dans sa propre rue, ne sachant plus comment elle s'y est rendue ni comment rentrer chez elle.
- 5. Jugement affaibli**
Il arrive à tout le monde de prendre des décisions discutables, comme de remettre à plus tard un rendez-vous chez le médecin pour traiter

Dix signes précurseurs

- une infection. La personne atteinte de la maladie d'Alzheimer peut faire preuve d'un jugement affaibli ou erroné, et, par exemple, ne pas reconnaître un problème de santé qui nécessite une attention immédiate, ou porter des vêtements chauds en pleine canicule.
- 6. Difficulté face aux notions abstraites**
Toute personne peut éprouver de la difficulté à effectuer des opérations faisant appel à la pensée abstraite, par exemple, établir le solde de son compte bancaire. Toutefois, la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer éprouvera de grandes difficultés à accomplir ce genre de tâches, au point de ne pas comprendre ce que représentent les chiffres ni à quoi ils servent, par exemple.
 - 7. Objets égarés**
N'importe qui peut égarer temporairement son porte-monnaie ou ses clés, mais la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer rangera les objets dans des endroits inappropriés (un fer à repasser dans le congélateur ou une montre dans le sucrier).
 - 8. Changements d'humeur ou de comportement**
Il nous arrive à tous d'être parfois triste ou maussade, mais la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer peut changer d'humeur très rapidement, par exemple, passer du calme aux larmes puis à la colère, sans raison apparente.
 - 9. Changements de personnalité**
La personnalité de chacun peut changer de façon subtile avec l'âge. La personne atteinte de la maladie d'Alzheimer, quant à elle, peut présenter des changements de personnalité beaucoup plus frappants, comme devenir confuse, renfermée et méfiante. Au nombre des changements possibles, on compte aussi l'apathie, la peur et les comportements inhabituels.
 - 10. Perte d'intérêt**
Il nous arrive à tous, à l'occasion, de nous lasser du ménage, de notre travail ou de nos obligations sociales, mais la plupart d'entre nous retrouvent leur enthousiasme. Or, la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer risque de devenir passive et apathique, et d'avoir besoin de beaucoup d'encouragements pour prendre part aux activités.



Extrait du dépliant Dix signes précurseurs, 2014



Obtenir un diagnostic

Il n'existe pas de test unique pour déterminer si une personne est atteinte de la maladie d'Alzheimer. Le diagnostic est donc établi dans le cadre d'une évaluation systématique éliminant les autres causes possibles. Tant qu'il n'y aura pas de test concluant, les médecins continueront de parler de « maladie d'Alzheimer probable ». Ce diagnostic s'avère juste dans 80 à 90 % des cas.

Il faut parfois beaucoup de temps pour établir un diagnostic. Ce dernier peut être posé par un médecin, ou un spécialiste. Il se peut que le médecin demande à d'autres spécialistes de la santé de vous voir pour vous aider à établir un diagnostic, par exemple à un psychologue, un psychiatre, un neurologue, un gériatre, une infirmière, une travailleuse sociale ou un ergothérapeute. Ceux-ci examineront les troubles de mémoire, les capacités de raisonnement, de langage et de jugement, ainsi que leur incidence sur votre vie quotidienne.

Éléments du processus de diagnostic :

Antécédents médicaux

Vous et les membres de votre famille ou vos amis répondront à des questions sur les symptômes actuels et antérieurs. D'autres questions porteront sur vos antécédents médicaux et psychiatriques et ceux de votre famille.

Examen de l'état mental

Cet examen vérifie votre capacité à vous situer dans le temps et dans l'espace ainsi qu'à vous exprimer et à faire de simples calculs. Cet examen peut comporter des exercices de mémoire, par exemple, mémoriser des mots et des objets, ou encore dessiner, épeler et répondre à des questions du genre « En quelle année sommes-nous? ».

Obtenir un diagnostic

Examen médical

Un examen médical est effectué afin d'éliminer les autres maladies possibles. Le docteur vérifiera si vous avez des problèmes de cœur, de poumons, de foie, de reins ou de glande thyroïde qui pourraient causer les symptômes. Afin d'identifier des troubles possibles du système nerveux, le médecin examine le tonus et la force musculaire, la coordination, le mouvement des yeux, la parole et les réflexes.

Analyses de laboratoire

Des analyses sanguines complètes aideront à déceler des maladies, comme l'anémie et le diabète, ou encore des troubles de la glande thyroïde ou une infection, susceptibles de causer les symptômes. On pourra également prescrire d'autres tests, comme des radiographies et un électro-encéphalogramme pour déterminer la source du problème. Dans certains centres médicaux, on a recours à la scanographie. Les examens suivants sont parfois recommandés, mais ne sont pas toujours nécessaires pour établir un diagnostic :

The following may be recommended, but are not always necessary for a diagnosis:

La tomographie d'émission monophotonique (TEM) permet de voir comment le sang circule dans le cerveau.

La tomographie d'émission de positons (TEP) permet de voir comment les diverses zones du cerveau réagissent durant certaines activités comme la lecture et la conversation. Ce test est généralement effectué après 45 minutes de repos.

Évaluations psychiatrique et psychologique

Une évaluation psychiatrique peut s'avérer utile pour éliminer d'autres maladies comme la dépression qui pourrait causer des pertes de mémoire semblables à celles associées à la maladie d'Alzheimer. L'évaluation neuropsychologique peut évaluer la mémoire de la personne, son raisonnement, sa capacité à écrire.



Extrait du dépliant Obtenir un diagnostic, 2014