

Ressentez-vous l'un des signes et symptômes suivants concernant votre mémoire, votre comportement, votre coordination, vos mouvements ou votre mode de vie?

Cochez tous les signes qui vous concernent :

- Êtes-vous âgé-e de moins de 65 ans?
- Avez-vous l'impression de perdre plus souvent des objets dans la maison? (par exemple, vos clés de voiture, votre téléphone portable, votre portefeuille, etc.)
- Vos proches ont-ils exprimé de l'inquiétude quant à votre santé?
- Éprouvez-vous de la difficulté à gérer l'argent?
- Avez-vous de la difficulté à lire ou effectuer d'autres tâches mentales?
- Éprouvez-vous de la difficulté à évaluer les distances lorsque vous marchez ou conduisez?
- Est-ce qu'il vous est difficile de coordonner votre corps? Par exemple, en faisant du sport?
- Vous arrive-t-il de perdre l'équilibre en marchant?
- Avez-vous remarqué des changements dans votre personnalité, votre humeur ou votre comportement?
- Avez-vous oublié des rendez-vous ou le nom de collègues au travail?
- Avez-vous déjà été incapable de trouver la façon de rentrer chez vous?
- Vous est-il déjà arrivé d'être désorienté-e ou de vous perdre?
- Vous est-il souvent difficile de trouver les bons mots?
- Rencontrez-vous des difficultés à apprendre de nouvelles choses ou à vous adapter aux changements?
- Avez-vous perdu l'intérêt pour des activités qui vous passionnaient auparavant?
- Avez-vous commencé à éviter les interactions sociales?
- Vous arrive-t-il de dire les mêmes choses par erreur?
- Avez-vous parfois une vision floue ou double?
- Oubliez-vous les noms et les visages de personnes que vous connaissez?
- Parlez-vous de manière plus hésitante, vague ou trop détaillée? Est-il difficile de maintenir votre concentration lorsque vous parlez?

LISTE DE VÉRIFICATION À USAGE PERSONNEL

Cette liste de signes et de symptômes a été conçue afin de sensibiliser les gens aux troubles neurocognitifs à début précoce. Elle pourrait vous aider à entamer une discussion avec votre médecin si vous ressentez des symptômes qui vous préoccupent.

QUELQUES FAITS AU SUJET DES TROUBLES NEUROCOGNITIFS À DÉBUT PRÉCOCE AU CANADA :

En 2022, la Société Alzheimer estime qu'au moins 28 000 personnes au Canada vivent avec des troubles neurocognitifs à début précoce.

Les troubles neurocognitifs à début précoce surviennent chez les gens âgés de moins de 65 ans.

De nombreuses personnes, y compris des spécialistes de la santé, peuvent confondre les troubles neurocognitifs à début précoce avec d'autres affections telles que l'anxiété, la ménopause et la dépression.

Plus un diagnostic est posé rapidement, mieux c'est.

Si vous avez coché quelques-uns ou encore tous ces symptômes, cela ne signifie pas que vous êtes atteint ou atteinte de troubles neurocognitifs à début précoce. Cependant, parler de cette liste avec votre spécialiste de soins de santé est une façon d'amorcer la conversation. Vous pouvez consigner vos expériences par écrit, dans un journal par exemple; cette autre source d'information pourrait être utile pour votre spécialiste de soins de santé.

La Société Alzheimer est là pour vous soutenir si vous croyez être atteint ou atteinte de troubles neurocognitifs à début précoce. Vous pouvez trouver votre société Alzheimer régionale à alzheimer.ca/presdechezvous. Ou communiquez avec notre ligne d'information et d'aiguillage au **1-855-705-4636** ou à info@alzheimer.ca.