



demenz.lu



Plus que de simples oublis?

Quand est-il conseillé de demander
un diagnostic?



Simple oubli ou démence?

En tant qu'êtres humains, nous sommes dotés de capacités dites « cognitives », telles que la mémoire, l'attention, l'orientation et le langage. Ces facultés évoluent constamment au cours de la vie. Avec l'âge, il est normal que certaines d'entre elles déclinent. Mais parfois, il arrive que le processus de déclin soit très marqué. Se pose alors la question de savoir si l'on a affaire à une quelconque forme de troubles neurocognitifs.

Vous n'avez aucune raison de vous inquiéter s'il vous arrive de temps en temps d'égarer vos lunettes ou si vous ne savez plus si vous avez fermé votre porte à clé. Les troubles de mémoire sont certes l'un des indices les plus connus, mais ils ne sont en général pas le seul symptôme à se manifester.

Voici une liste des principaux symptômes susceptibles de survenir:

- ☐ *troubles de mémoire*
- ☐ *difficultés à trouver ses mots*
- ☐ *problèmes d'orientation occasionnels*
- ☐ *baisse d'énergie*
- ☐ *difficultés à mener à bien des actes habituels*
- ☐ *comportement inhabituel*
- ☐ *méfiance*
- ☐ *confusion de personnes et d'objets*

Ces symptômes n'apparaissent en règle générale pas tous à la fois. La plupart du temps, seuls certains de ces symptômes se manifestent. Leur intensité aussi peut être très différente. Le tableau clinique est ainsi très différent d'une personne à l'autre.

Comment faire la différence entre un oubli lié à l'âge et un trouble neurocognitif?

Oubli lié à l'âge

Apparition **seulement temporaire** et occasionnelle d'oublis

En **réfléchissant intensément** ou en se concentrant, la personne concernée se souvient généralement de ce qu'elle a oublié.

Parfois égarer des objets (p. ex. lunettes, télécommande, portefeuille ...)

La personne concernée sait s'appuyer sur des **moyens mnémotechniques** (notes, fiches).

La personne concernée peut suivre des **instructions** orales ou écrites.

Trouble neurocognitif

Les oublis **persistent** et deviennent plus fréquents au fil des mois.

La personne concernée n'arrive pas à se souvenir malgré une réflexion intense.

Placer fréquemment des objets dans des endroits **inhabituels**

Les blocs-notes et les aide-mémoires n'aident pas.

La personne concernée ne sait pas suivre des instructions orales ou écrites.



Recherche des causes des anomalies

Si vous constatez chez vous-même des signes potentiels de troubles neurocognitifs, nous vous conseillons d'en **parler à votre médecin traitant, gériatre et/ou neurologue**. Si des signes similaires se manifestent chez une personne proche, il est important de ne pas les minimiser (« c'est tout à fait normal »), ni de les dramatiser, mais d'inciter la personne à consulter un médecin.

Il s'agit peut-être de signes ou de symptômes d'une maladie **éventuellement curable**. Le stress, un syndrome d'épuisement (« burnout »), des carences alimentaires ou une déshydratation, un traumatisme crânio-cérébral ou des maladies de la thyroïde et certaines maladies du cerveau peuvent être des causes possibles de ces signes.

Les symptômes seraient donc en principe curables. Il est parfois difficile de faire la différence entre une dépression et le stade précoce d'une démence. Les deux sont susceptibles d'entraîner des troubles de la mémoire, de provoquer une baisse d'énergie, de ralentir la prise de décisions, d'entraîner des perceptions erronées et un retrait social.



Certaines personnes ne souhaitent pas de diagnostic et ne veulent en aucun cas être taxées de l'expression stigmatisante de « démence ». C'est leur droit! Toutefois, un dépistage médical est recommandé. Il permettra d'évaluer s'il existe une **cause réversible** aux symptômes observés et si celle-ci peut être traitée.

Même s'il s'agit d'une démence, qui n'est pas curable, un diagnostic précoce est un avantage. Le traitement peut être mis en place suffisamment tôt et la personne concernée et ses proches ont la possibilité de se familiariser avec la maladie et la nouvelle situation de vie.

*Vous trouverez de plus amples informations sur:
<https://demenz.lu/fr/troubles-de-la-memoire-demenche-et-autres/>*



L'utilisation de la forme féminine ou masculine inclut toutes les identités de genre.



**Vous avez des questions sur
l'oubli ou la démence?
Nous sommes là pour vous aider!**

Notre équipe propose des consultations
gratuites avec ou sans rendez-vous.

Contactez-nous:

(+352) 26 47 00

info@demenz.lu

14a, rue des Bains, L-1212 Luxembourg



demenz.lu



Info-Zenter
Demenz



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, des Solidarités,
du Vivre ensemble et de l'Accueil