



Dr Nathalie Charbonnier,
journaliste, Paris

Les troubles cognitifs dans la SEP

Les fonctions cognitives concernent l'ensemble des processus mentaux impliqués dans les mécanismes de la pensée et les activités intellectuelles, par exemple, il peut s'agir du langage, de la mémoire, du jugement, de la compréhension, du raisonnement...

Lors de toute action ou de toute occupation, qu'elle soit intellectuelle ou manuelle, différentes fonctions cognitives et donc différentes parties du cerveau sont sollicitées.

Longtemps ignorés, on sait maintenant qu'il peut exister des troubles cognitifs chez les personnes ayant une SEP. De nombreux travaux de recherche ont été menés sur ce sujet au cours de ces dernières années et se poursuivent actuellement.

Les troubles cognitifs ne sont pas rares dans la SEP

Toutes les enquêtes menées auprès de personnes souffrant de SEP le montrent. Des troubles cognitifs sont rapportés à un moment ou un autre par environ la moitié des personnes interrogées.

Les atteintes de la cognition sont donc assez fréquentes dans la SEP et peuvent survenir à tous les stades de la maladie. Leur intensité est très variable d'une personne à l'autre, certaines ne ressentant peu ou pas de gêne sur le plan cognitif tandis que, dans d'autres cas, les troubles cognitifs sont importants et interfèrent avec les activités de la vie quotidienne.

Alors que le langage et l'intelligence globale semblent rarement touchés dans la SEP, d'autres troubles cognitifs tels que des troubles de l'attention, des fonctions exécutives, de la mémoire et de la concentration ainsi que des troubles du traitement de l'information sont régulièrement rapportés.

Les troubles cognitifs peuvent apparaître tôt au cours de la maladie

L'apparition des troubles cognitifs dans le temps est variable selon les cas mais ils peuvent être présents dès le début de la maladie.

Il n'est pas rare que certaines personnes touchées récemment par la maladie présentent, par exemple, des difficultés à fixer leur attention (tâche, lecture...) ou à mémoriser des informations.

Les troubles cognitifs sont souvent plus sévères dans les formes progressives que dans les formes rémittentes (avec poussées) de la maladie.

Les fonctions cognitives peuvent être atteintes du fait de la maladie mais peuvent être aussi perturbées ou aggravées du fait de l'existence d'autres troubles associés, tels qu'une dépression, une fatigue, symptômes fréquents chez les personnes ayant une SEP.

LES PRINCIPALES FONCTIONS COGNITIVES

L'intelligence globale : celle qui est évaluée par le Quotient intellectuel (QI)

La mémoire : fonction qui permet de capter, coder, conserver et restituer les stimulations et les informations que nous percevons. Elle met en jeu aussi bien les structures physiques que psychiques. Il existe différents types de mémoire :

La mémoire à court terme appelée aussi mémoire de travail qui enregistre temporairement des événements de notre vie (par exemple, un visage croisé dans la rue ou un numéro de téléphone entendu). C'est une mémoire immédiate qui nous offre la capacité de retenir certains éléments d'information, sur une durée de quelques dizaines de secondes.

La mémoire à long terme qui permet d'enregistrer des faits significatifs au cours de notre existence mais aussi de retenir par exemple, le sens des mots et les habiletés manuelles apprises. Elle permet de stocker des informations (souvenirs, apprentissages...) pendant une très longue période, parfois même pendant la vie entière.

L'attention et la concentration

Le raisonnement

Traitement de l'information : capacité à manipuler une information sur une courte période

Fonctions exécutives : capacité à planifier une tâche, à anticiper un événement

Le langage

Les capacités visuospatiales : analyse des informations visuelles (forme et propriétés dans l'espace des objets- taille, emplacement, orientation dans l'espace...)

Les troubles cognitifs

Le dépistage des troubles cognitifs

Compte tenu de leur fréquence relativement élevée, il semble maintenant important de rechercher ces troubles cognitifs, même si la personne ne s'en plaint pas spontanément. Les troubles cognitifs ne sont pas toujours faciles à détecter et restent souvent sous-estimés.

Le dépistage de ces troubles cognitifs repose sur plusieurs critères :

- L'interrogatoire de la personne concernée et de son entourage qui permettra d'informer le médecin sur d'éventuels petits changements survenus (perte de mémoire, perte de l'attention, manque de concentration) souvent attribués à d'autres causes, la fatigue par exemple.
- Et si cela semble utile, la réalisation par un neuropsychologue, de tests spécifiques plus ou moins longs explorant différents domaines des fonctions intellectuelles. Ces tests permettent d'évaluer l'ensemble des fonctions cognitives, de mettre en évidence d'éventuels troubles de la cognition et de vérifier que les plaintes ou les difficultés rencontrées relèvent bien d'un trouble cognitif, et pas de difficultés psychologiques ou d'une fatigue.

L'impact des troubles cognitifs sur la vie quotidienne

Les troubles cognitifs sont souvent mal vécus par les personnes ayant une SEP, l'entourage familial et professionnel ne comprenant pas toujours ce qui se passe et interprétant certaines

attitudes comme un manque d'attention, d'implication ou de motivation, par exemple. En fait, ces personnes présentent souvent de vraies difficultés liées à leur maladie, difficultés à se concentrer, à mémoriser des informations ou à anticiper une tâche.

Les troubles cognitifs sont donc difficiles à vivre et ils conduisent souvent à une altération de la qualité de vie avec une perte de confiance en soi et un isolement de plus en plus important : vie sociale et activités moins développées que les autres, difficultés à réaliser des tâches de la vie quotidienne et vulnérabilité sur le plan psychologique.

Il faut aussi souligner l'impact parfois très important de ces atteintes de la cognition au niveau professionnel, troubles difficilement compatibles avec le poste et pouvant nécessiter un aménagement voire un changement de poste.

Le traitement des troubles cognitifs

La prise en charge des troubles cognitifs dans la SEP comprend différentes mesures :

- Vérifier que le traitement de fond est bien suivi.

- Traiter une éventuelle dépression ou anxiété pour atténuer les troubles cognitifs présents.

- Proposer une prise en charge spécifique, si la personne a une activité professionnelle, de façon à évaluer le retentissement éventuel des troubles cognitifs sur l'activité professionnelle et envisager avec le médecin du travail, les éventuelles adaptations possibles (réorganisation du poste, mise en œuvre de la protection sociale...).

- Différentes études ayant démontré l'existence, au niveau cérébral, de mécanismes de compensation permettant l'utilisation de nouveaux réseaux pour réaliser correctement certaines tâches cognitives, le suivi de programmes de rééducation cognitive (appelée aussi remédiation cognitive) basés sur des exercices guidés et adaptés à chaque patient, pourrait être bénéfique.

Un certain nombre de programmes de rééducation cognitive développés récemment pour améliorer les déficits de l'attention, les troubles de la mémoire et les difficultés de communication, sont en cours d'évaluation. De même, des traitements médicamenteux sont à l'étude.

LES TROUBLES COGNITIFS DANS LA SEP, EN BREF :

- Les troubles cognitifs ne sont pas rares dans la SEP.
- Les atteintes les plus fréquentes dans la SEP concernent la mémoire, l'attention et la concentration et les fonctions exécutives tandis que l'intelligence globale et le langage sont généralement préservés.
- Les troubles cognitifs peuvent être observés quel que soit le stade de la maladie, y compris au début de la maladie.
- L'existence d'un syndrome dépressif et/ou d'une fatigue peut augmenter l'intensité des troubles de la cognition.
- Le retentissement des troubles cognitifs sur la vie quotidienne des personnes ayant une SEP peut être important.
- De nombreuses pistes sont à l'étude pour traiter spécifiquement les troubles cognitifs dans la SEP, en particulier des traitements médicamenteux et des programmes de rééducation cognitive.