

# La SEP "pour les Nuls"



La SEP ou Sclérose en Plaques en quelques phrases simples (approximatives pour certaines mais le public visé n'est pas celui des chercheurs)

C'est une maladie qui touche le système nerveux, précisément les fibres qui conduisent les informations : depuis la périphérie vers le cerveau (neurones sensitifs) et depuis le cerveau vers la périphérie (neurones moteurs).

Elle s'attaque aux personnes jeunes, apparaissant le plus souvent avant 25 ans. 75% des malades sont des femmes.

Elle est incurable : il n'existe pas de médicament qui la fasse disparaître.

Mais elle n'est pas mortelle. Elle complique énormément la vie mais ne tue directement que très rarement et après des dizaines d'années.

On imagine souvent les personnes atteintes de SEP en fauteuil roulant. En effet, après quelques années il est courant que la marche devienne très difficile.

Mais la SEP peut toucher tout ce qui nécessite un envoi d'informations entre le cerveau et le corps : l'utilisation volontaire des muscles comme dans la marche ou l'écriture, mais aussi la vue, l'ouïe, le toucher, les fonctions urinaires, intestinales, l'intelligence (la réflexion, la mémoire...) ou des choses mal connues du grand public comme la thermorégulation (garder sa température à 37° même s'il fait -10 ou +45) ou la proprioception (savoir comment est son corps dans l'espace sans avoir besoin de le regarder ou de le toucher : c'est en fait le vrai "sixième sens"). Partout où un message passe du corps au cerveau ou inversement, la SEP peut toucher.

Du fait qu'elle oblige le cerveau à "forcer" pour faire passer les informations le long des neurones, les fibres qui sont abîmées par la maladie, elle entraîne une fatigue très importante qui conduit souvent à elle seule et avant même

l'apparition d'un handicap physique, à l'arrêt de l'activité professionnelle, et bien souvent à un état dépressif.

On ne sait pas comment démarre la SEP. On sait tout juste qu'elle implique des mécanismes d'attaque du corps par lui-même, comme la leucémie ou le psoriasis.

Elle avance, le plus souvent, par poussées : on peut être tranquille de longs mois sans nouveaux symptômes puis, d'un coup, parfois en quelques minutes, de nouveaux symptômes apparaissent.

Dans un premier temps, et pour certaines SEP, on "récupère" après ces poussées : les symptômes disparaissent, entièrement ou en laissant des séquelles.

Au fil du temps, la récupération est plus difficile et les symptômes s'accumulent donc, finissant par entraîner un handicap, visible ou non, qui affecte considérablement la qualité de vie. Après un moment, il n'y a plus de poussées, il n'y a plus de récupération, et l'état se dégrade en continu.

Cette maladie se voit sur les IRM sous forme de "plaques" le long des neurones, donc dans le cerveau et dans la moelle épinière, aux endroits où ils sont abîmés, "sclérosés". C'est de là qu'elle tire son nom compliqué.

C'est la maladie neurologique qui est le plus étudiée en termes de nombre de recherches en cours.

Elle touche 80 000 personnes en France.