



TROUBLES COGNITIFS EN CAS DE SCLÉROSE EN PLAQUES

Selon les études actuelles, 50 à 70% des personnes souffrant de SEP présentent une altération partielle de performances neuropsychologiques spécifiques. Un diagnostic et un traitement précoces sont donc essentiels.

Constituant l'une des maladies neurologiques les plus fréquentes chez les jeunes adultes, la SEP est diagnostiquée dans la plupart des cas chez des sujets âgés entre 20 et 40 ans. Une réaction d'inflammation du système nerveux central, en particulier au niveau de la couche de protection enveloppant les cellules nerveuses, ainsi que des modifications subies par ces dernières entravent la transmission des informations au système nerveux. Selon le système de traitement dans le cerveau touché par ces modifications, les symptômes les plus divers peuvent apparaître. Ainsi, on note souvent des sensations de surdité et des démangeaisons, mais aussi des troubles de la vue et des paralysies plus ou moins importantes et longues. Leur traitement constituait jusqu'à présent l'objectif numéro un de la recherche thérapeutique.

Entre-temps, il est devenu de plus en plus clair qu'outre les troubles neurologiques décrits, des troubles neuropsycholo-

giques les plus divers peuvent survenir au cours de l'évolution de la SEP et affectent notamment l'attention, la mémoire, le langage, la flexibilité intellectuelle et les processus de structuration et de persévérance – en résumé, les capacités intellectuelles.

Alors que ces déficiences dans un ou tous les domaines cités sont décrites au cours de la maladie par près de la moitié des personnes souffrant de SEP, elles n'ont jusqu'à présent guère suscité d'attention. Pourtant, ce sont justement ces restrictions qui, conjuguées à d'autres difficultés psychologiques (fatigue, dépressions, angoisses, modifications d'ordre émotionnel, au niveau de la sexualité et des comportements stéréotypés), sont à l'origine de soucis quotidiens considérables pour les personnes souffrant de SEP. Dans certains cas, de telles difficultés peuvent même être prépondérantes par rapport aux symptômes physiques et se concrétiser par une importante dégradation de la qualité de vie des personnes concernées par la maladie et de leurs proches.

Pourquoi les problèmes cognitifs affectent-ils tant la vie quotidienne?

Une des raisons de l'importance des déficiences neuropsychologiques réside dans la technicité accrue des conditions de vie et de travail. Aujourd'hui, tant dans la sphère privée que professionnelle, il est de plus en plus exigé de faire preuve de persévérance et de vivacité intellectuelle plutôt que de force ou d'endurance physique. Par ailleurs, des études sur le long terme ont clairement démontré que, quel que soit le niveau de handicap physique, les capacités intellectuelles jouent un rôle déterminant dans la vie active. De même, le fonctionnement cognitif constitue une condition essentielle à la participation de chacun à la vie sociale et influence donc dans une très large mesure la qualité de vie.

Les premières descriptions de troubles cognitifs chez les personnes souffrant de SEP figurent déjà dans la littérature neurologique historique. Celles-ci n'étaient cependant guère différenciées. Du fait de la quasi-absence, à cette époque, de moyens de traitement comparables aux thérapies actuelles, les premières descriptions de la maladie portaient généralement sur des patients présentant une évolution globale défavorable et dont les capacités intellectuelles étaient par conséquent sévèrement réduites. De cette époque subsiste encore l'opinion selon laquelle la sclérose en plaques conduit à long terme à de sévères troubles neurologiques du cerveau. Ce n'est qu'au cours des deux dernières décennies que ces déficiences ont été décrites en détail. Ainsi, il a été mis en évidence en relation avec le type d'évolution que la majorité des personnes souffrant de SEP ne présentaient pas une diminution globale des capacités, c'est-à-dire touchant de façon équivalente tous les domaines intellectuels, mais que dans la plupart des cas, il s'agissait davantage d'une altération partielle de performances neuropsychologiques spécifiques. Les études actuelles considèrent que ces déficiences partielles touchent 50 à 70% des personnes atteintes de SEP. Les troubles de la concentration et de la mémoire ainsi que des modifications de la flexibilité intellectuelle comptent parmi les altérations les plus fréquentes.

Pourquoi un diagnostic neuropsychologique est-il si important en cas de SEP?

La fréquence et la quotidienneté des troubles cognitifs imposent un examen clinique neuropsychologique en la matière chez les personnes souffrant de SEP. Si l'examen neurologique permet de réunir de manière judicieuse des informations plus précises sur l'état physique des patients via des échelles standardisées (donc basées sur des examens scientifiques établies de façon homogène) — comme c'est le cas avec l'EDSS —, l'évaluation des capacités cognitives doit également être réalisée au moyen de procédures de tests neuropsychologiques standardisées. Il est également possible d'y ajouter des questionnaires



standardisés (p. ex. sur la fatigue) ainsi que des entretiens structurés afin d'évaluer d'autres facteurs psychologiques et éléments liés à l'environnement des patients. L'ensemble des informations recueillies grâce à de telles procédures peuvent être utiles pour disposer d'une meilleure vue d'ensemble, optimiser la planification thérapeutique et contrôler l'évolution de la SEP.

Attention et concentration – nos performances clés

Constituant le centre supérieur de notre système de traitement des informations, le cerveau ne cesse de trier la grande diversité des informations nous parvenant de notre corps (sensation de faim, de soif, etc.) ainsi que du monde extérieur (panneaux de circulation, appels téléphoniques, etc.) et de les classer par contenu, importance et priorité. La capacité à être attentif constitue ainsi le pilier de l'activité intellectuelle.

Des personnes souffrant de SEP déplorent parfois de ne plus être aussi concentrées et de ne pas toujours être en mesure d'effectuer plusieurs tâches à la fois ou de réagir rapidement. Toutefois, un examen plus approfondi montre souvent que seuls certains domaines partiels de l'attention sont altérés. Une diminution générale de performance peut découler chez ces patients d'un surmenage chronique de ces domaines partiels altérés et se répercutant à un niveau global. En pareil cas, un test plus précis de l'attention peut présenter des conséquences pratiques et mettre en valeur les possibilités d'optimisation de la performance et de compensation. Ces possibilités sont très importantes pour faciliter par exemple la vie quotidienne des patients actifs. Par ailleurs, des études ont montré que certaines fonctions liées à l'attention peuvent faire l'objet d'un entraînement ciblé. Il semble également exister un rapport

entre les troubles de l'attention et l'activité des poussées. Ainsi, une thérapie efficace pour diminuer les poussées contribue dans le même temps au maintien des capacités intellectuelles.

Troubles de la mémoire en cas de SEP

La personnalité d'un individu est déterminée par sa capacité à s'approprier de nouvelles connaissances. A cet effet, plus de 100 milliards de cellules nerveuses sont réticulées dans notre cerveau qui stocke nos connaissances et notre expérience auxquelles nous faisons appel grâce à notre mémoire. Dès le processus de mémorisation, notre propre passé influe sur notre perception du présent à l'aide des souvenirs, les informations entrantes étant évaluées, interprétées et comparées à des expériences plus anciennes. De même, notre capacité d'attention et nos émotions influent sur ce que nous retenons et ce que nous nous rappelons ultérieurement. De fait, nous nous imprégnons mieux des choses qui nous touchent émotionnellement ou que nous considérons bizarres et qui éveillent donc notre curiosité. Ce constat peut également être exploité de façon positive afin de déterminer des exercices visant l'amélioration de nos capacités de mémorisation.

Flexibilité intellectuelle et capacité à résoudre des problèmes

La flexibilité intellectuelle révèle la capacité à utiliser avec souplesse et de façon ciblée les ressources mentales dont nous disposons afin de résoudre un problème. Il peut s'agir par exemple d'un exercice arithmétique ou de planifier et de réaliser une tâche quotidienne (préparation d'un repas, organisation d'un voyage, etc.). La coordination mentale de diverses tâches, qui doivent être en partie concomitantes ou du moins étroitement

harmonisées, exige une très grande flexibilité mentale. Il est en même temps clair que dans la vie quotidienne, cette capacité fait également appel aux aspects liés à l'attention et à la mémoire (p. ex. lorsque nous téléphonons, nous devons être attentifs, faire abstraction des bruits environnants, organiser notre emploi du temps en fonction d'une nouvelle date proposée en coordonnant les rendez-vous déjà pris).

Quel est l'impact de ces déficiences dans la vie quotidienne?

Alors que la recherche a fait des progrès significatifs dans la description et la compréhension de ces déficiences, leur signification dans la vie quotidienne n'a été reconnue que très récemment. Dans la vie professionnelle, ces symptômes, qui peuvent apparaître au cours de l'évolution de la maladie, sont déterminants pour planifier l'avenir. Par conséquent, les examens neuropsychologiques sont essentiels non seulement pour déterminer les capacités de travail d'un individu, mais aussi pour élaborer une stratégie thérapeutique individuelle. Les examens sur les capacités intellectuelles réalisés dans le cadre d'études cliniques au moyen de divers tests de performance renforcent l'un des objectifs d'efficacité souhaitée des

nouveaux médicaments (ou de médicaments éprouvés), qui consiste à préserver au mieux cette fonction nécessaire au quotidien ou, le cas échéant, à l'améliorer. Il existe désormais des programmes d'entraînement qui permettent d'accomplir des exercices ciblés en faveur des capacités intellectuelles. Autant d'efforts qui visent à améliorer la qualité de vie des personnes souffrant de SEP.

Texte: Dr. Pasquale Calabrese, privat-docent, conseiller en psychothérapie, neuropsychologie et neurologue comportemental auprès de la Société suisse SEP. Cf. interview page 15*



Monte-escaliers

Pour plus d'informations: www.hoegglift.ch

Fauteils élévateurs
 Élévateurs pour fauteuil roulant
 Ascenseurs vertical

HÖGG
LIFTSYSTEME

HÖGG Liftsysteme AG
 CH-9620 Lichtensteig
 Téléphone 071 987 66 80



La mobilité, c'est la qualité de vie

Orthotec

Tout de première main

- Technique orthopédique
- Technique rééducative
- Mécanique du fauteuil roulant
- Transformation de véhicules
- Articles pour l'incontinence

Nous nous ferons un plaisir de vous conseiller.

Orthotec AG | Case postale | CH-6207 Nottwil | T+41 41 939 56 06 | F+41 41 939 56 40
 info@orthotec.ch | www.orthotec.ch