



Devant un diagnostic de démence pour vous-même ou une personne qui vous est chère, vous vous posez peut-être des questions concernant la maladie et ce que vous réserve l'avenir. Voici des réponses aux questions fréquemment posées.

Qu'est-ce que la démence?

Le terme « démence » est utilisé lorsque des changements dans le cerveau conduisent à la perte de mémoire ou à des troubles cognitifs. Ces changements peuvent toucher le langage, le raisonnement et d'autres facultés intellectuelles. En raison de ces symptômes, la personne atteinte a de la difficulté à accomplir les activités de la vie quotidienne.

Qu'est-ce qui cause la démence?

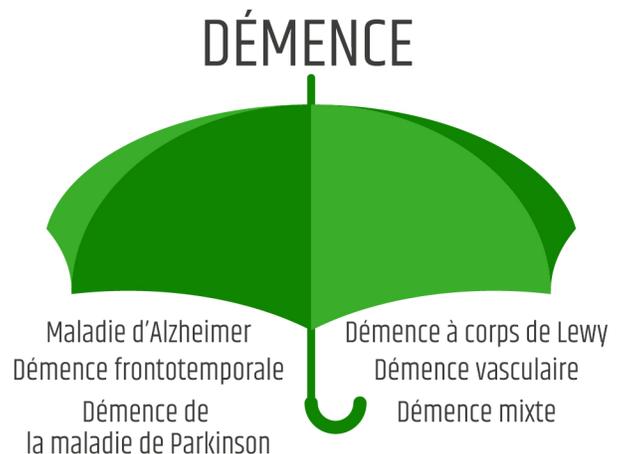
La démence est causée par une maladie créant des lésions cérébrales qui modifient la façon de penser et de communiquer ainsi que le comportement.

La cause des lésions peut être :

- l'accumulation de protéines dans le cerveau;
- une irrigation sanguine insuffisante dans le cerveau ou dans des régions du cerveau.

Diverses maladies peuvent être à l'origine de la démence. La maladie d'Alzheimer est la plus courante, mais il y en a beaucoup d'autres. Dans un premier temps, les médecins peuvent avoir de la difficulté à déterminer avec exactitude de quelle maladie une personne est atteinte.

Pour en savoir plus sur l'étude de la démence, cliquez sur le lien <https://www.youtube.com/watch?v=UBR2XF4NPsk> (vidéo en anglais).



Est-ce que la démence s'aggrave avec le temps?

De nombreuses maladies à l'origine de la démence sont incurables. On dit qu'il s'agit de maladies dégénératives parce qu'elles s'aggravent avec le temps. Toutefois, étant donné que le cerveau de chaque personne est différent, la progression de la maladie dans le temps n'est pas uniforme. Certaines personnes vivent de manière autonome avec l'aide de leur réseau de soutien pendant de nombreuses années, tandis que d'autres peuvent avoir besoin d'un plus grand soutien à un stade précoce de la maladie.

Quelles mesures peut-on prendre pour ralentir la progression de la maladie?

Il faut traiter les autres troubles ou maladies qui peuvent aggraver les symptômes, par exemple :

- une maladie chronique, comme le diabète ou une maladie cardiaque;
- une ou plusieurs complications liées aux médicaments;
- un handicap sensoriel, comme la perte de l'audition.

Il y a des moyens de préserver sa santé mentale :

Pour avoir des conseils afin de préserver la santé mentale de la personne atteinte, cliquez sur le lien

- demeurer actif;
- éviter de fumer et réduire sa consommation d'alcool;
- prendre l'air;
- avoir une saine alimentation et de bonnes habitudes de sommeil;
- côtoyer d'autres personnes et se constituer un réseau de soutien;
- garder l'esprit actif.

<https://www.youtube.com/watch?v=McfPrxUyhPo> (vidéo en anglais).

Les médicaments n'arrêtent pas la progression de la démence, mais ils peuvent parfois en atténuer les symptômes :

- Adressez-vous à votre médecin pour connaître les options qui s'offrent à vous.
- Pour en savoir plus sur les médicaments indiqués pour la démence, cliquez sur le lien

<https://mkodsorcwebsiteunago.kinstacdn.com/wp-content/uploads/Medication-Round-14082020.pdf>

Est-ce que la démence change complètement la personne atteinte?

On dit qu'une personne est atteinte de démence, c'est-à-dire qu'un diagnostic de démence a été posé. Toutefois, la maladie ne fait pas partie de son identité.

Parfois, la démence change les émotions et les comportements d'une personne. Cela dépend des régions du cerveau qui sont touchées, des soins qu'elle reçoit et de sa personnalité. En fait, les êtres humains sont comme des pierres précieuses – uniques et complexes. Nos points forts et nos points faibles changent au fil du temps et les personnes atteintes de démence ne font pas exception. Pour en savoir plus, cliquez sur le lien https://www.youtube.com/watch?v=Z6UVjp_y8HY (vidéo en anglais).

Une personne atteinte de démence perd-elle son autonomie?

Les personnes atteintes conservent pendant longtemps un grand nombre de leurs capacités, mais elles deviennent plus dépendantes des autres à mesure que la démence progresse. Cependant, si on les aide à accomplir les activités de la vie quotidienne, elles peuvent demeurer en bonne santé plus longtemps, avec des hauts et des bas.

Une personne atteinte de démence peut-elle encore prendre des décisions de vie importantes?

Lorsqu'un diagnostic de démence est posé, cela ne signifie pas forcément que la personne atteinte ne peut plus prendre de décisions. Toute personne a le droit de préserver son autonomie au maximum mais, avec le temps, il lui sera peut-être beaucoup plus difficile de prendre seule les décisions. Après l'annonce du diagnostic, la personne atteinte devrait sans tarder faire part de ses volontés à une ou plusieurs personnes de confiance. Il faut planifier l'avenir pour qu'elle prenne part aux décisions le plus longtemps possible.

Pour en savoir plus sur la planification des soins avancés, cliquez sur le lien <https://www.speakupontario.ca/resources-for-individuals-andfamilies/> (site Web en anglais).

Comment rencontrer d'autres personnes atteintes de démence?

Communiquez avec la Société de la démence d'Ottawa et du comté de Renfrew.

- Joignez-vous à un groupe de soutien aux personnes atteintes de démence ou d'un déficit cognitif léger.
- Participez à un programme social, par exemple des rencontres musicales, des séances d'exercice ou des lunchs en groupe pour les personnes atteintes de démence.
- Renseignez-vous sur la démence et ce à quoi il faut s'attendre.

Ottawa : 613-523-4004 **Comté de Renfrew :** 1-888-411-2067 info@dsorc.org | DementiaHelp.ca

Numéro d'organisme de bienfaisance 11878 5013 RR0001