

Que sont les troubles neurocognitifs?

Également disponible en chinois simplifié et en chinois traditionnel

另有简体中文和繁体中文版本 | 另有簡體中文和繁體中文版本

Il s'agit d'une ressource pour la communauté chinoise. Elle a été élaborée en collaboration avec les proches aidants de personnes atteintes d'un trouble neurocognitif au sein de la communauté chinoise au Canada. Un proche aidant peut être un membre de la famille, un ami ou une autre personne qui soutient une personne atteinte d'un trouble neurocognitif.

Cette ressource fournit des renseignements sur les sujets suivants:



Les troubles neurocognitifs et les types courants



Les signes et les symptômes possibles de troubles neurocognitifs



La stigmatisation liée aux troubles neurocognitifs



Avoir de l'espoir à la suite d'un diagnostic



Que sont les troubles neurocognitifs?

Les troubles neurocognitifs sont un terme qui décrit un ensemble de symptômes tels que des changements se produisant dans la mémoire, l'humeur, la pensée, la résolution de problèmes, la communication, la mobilité et la perception qui peuvent progresser au fil du temps et affecter la vie quotidienne. Ces symptômes sont le résultat de divers problèmes de santé qui affectent le cerveau.

L'expérience de vivre avec un trouble neurocognitif sera différente pour chaque personne.

Types courants de troubles neurocognitifs

Il existe de nombreux types de troubles neurocognitifs. Chaque type comporte des schémas différents de changements dans le cerveau, de symptômes et de traitements. Le tableau ci-dessous donne un aperçu des types de troubles neurocognitifs les plus courants:

Maladie d'Alzheimer

- Le type le plus courant de troubles neurocognitifs représentant de 50 à 70 % de tous les cas.
- Se produit en présence de détérioration ou de changements dans le cerveau.
- Les symptômes courants comprennent des problèmes de mémoire à court terme, de concentration, de résolution de problèmes et de réflexion.

Trouble neurocognitif vasculaire

- Se manifeste lorsqu'il y a une mauvaise circulation sanguine dans le cerveau, ce qui peut entraîner la mort des cellules cérébrales et des accidents vasculaires cérébraux.
- Les symptômes varient selon la taille et l'emplacement des lésions cérébrales

Trouble neurocognitif fronto-temporal

- Se produit en présence de lésions dans les régions frontales et temporales du cerveau.
- Les symptômes courants comprennent des changements qui surviennent dans la communication, la personnalité et le comportement, comme l'impulsivité ou des interactions sociales inappropriées. Ces symptômes ne sont pas toujours faciles à observer par les prestataires de soins de santé parce qu'ils ne sont pas représentatifs des autres troubles neurocognitifs.

Trouble neurocognitif à corps de Lewy

- Se manifeste lorsque des dépôts de protéines (corps de Lewy) se forment dans le cerveau. On pense que le trouble neurocognitif à corps de Lewy et la maladie de Parkinson sont liés en raison des similitudes entre les symptômes.
- Les symptômes courants comprennent des changements dans les aptitudes visuo-spatiales, la concentration et l'attention. Ces symptômes peuvent changer sensiblement au cours d'une journée ou d'un jour à l'autre. Des hallucinations visuelles (voir des choses qui ne sont pas là), des illusions (croire des choses qui ne sont pas vraies) et des mouvements anormaux pendant le sommeil peuvent se produire. Les changements de mouvement et les chutes sont également fréquents.

Trouble neurocognitif mixte

- Plus d'un type de trouble neurocognitif en même temps, souvent la maladie d'Alzheimer et les changements cérébraux vasculaires

« Comme mon beau-père était une personne calme, je ne me rendais pas compte qu'il était atteint d'un trouble neurocognitif ... mais lorsqu'il a commencé à avoir de la difficulté avec une simple conversation quotidienne, nous avons commencé à soupçonner que quelque chose n'allait pas. »

- Proche aidant de la communauté chinoise

Signes et symptômes

Les troubles neurocognitifs sont progressifs, ce qui signifie que les symptômes se développeront au fil du temps. Les signes et les symptômes des troubles neurocognitifs diffèrent pour chaque personne et chaque type de trouble neurocognitif. Une personne atteinte d'un trouble neurocognitif peut voir ses symptômes changer et avoir des « bons jours » et des « mauvais jours ». Les changements peuvent comprendre:

- Oublier ou répéter des questions, des histoires, des détails d'événements récents
- Des changements qui surviennent dans la communication, comme la difficulté à trouver le bon mot, la difficulté à parler, à écrire ou à comprendre
- De la confusion sur le temps et le lieu ou se perdre dans des zones familières
- Des changements d'humeur (par exemple, anxiété, dépression, irritabilité) et de comportement (par exemple, perte d'intérêt, méfiance, agitation)
- Des difficultés à accomplir des tâches quotidiennes (par exemple, payer des factures, préparer des repas, prendre des médicaments) et/ou à résoudre des problèmes, à planifier, à prendre des décisions
- Des changements observés dans la mobilité, l'équilibre et la perception (par exemple, évaluer les distances, reconnaître des choses)

Les troubles neurocognitifs ne sont pas une partie normale du vieillissement. Il peut être facile de passer à côté des premiers signes de troubles neurocognitifs, et certaines personnes supposent qu'ils ne sont qu'une partie du vieillissement. Il est important de parler à votre médecin de famille ou à un autre prestataire de soins de santé si vous ou une personne que vous connaissez constatez des changements préoccupants. Un diagnostic précoce peut vous fournir des renseignements, un soutien et un accès aux options de traitement.

Consultez le site forwardwithdementia.ca pour en savoir plus sur **La progression d'un trouble neurocognitif.**

Stigmatisation

La stigmatisation fait référence aux suppositions, aux attitudes négatives et/ou à la maltraitance des personnes en fonction d'un trait psychologique ou d'une caractéristique. Les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif peuvent être stigmatisées lorsque d'autres découvrent leur diagnostic. La stigmatisation peut découler d'un manque de sensibilisation et de compréhension à l'égard d'un trouble neurocognitif et de généralisations exagérées sur ce que sont les troubles neurocognitifs. La stigmatisation liée aux troubles neurocognitifs pourrait être la désinformation, les stéréotypes, les commentaires blessants, les suppositions sur ce que la personne atteinte d'un trouble neurocognitif ne peut pas faire ou l'exclusion.

La stigmatisation liée aux troubles neurocognitifs est courante dans de nombreuses communautés culturelles. Lors de l'élaboration de cette ressource, certains membres de la communauté chinoise ont déclaré que les troubles neurocognitifs sont souvent considérés comme une partie normale du vieillissement et que les premiers symptômes peuvent être ignorés ou niés.

Les proches aidants nous ont dit que les troubles neurocognitifs peuvent également être considérés comme une maladie mentale plutôt que comme des changements progressifs dans le cerveau. Ils nous ont aussi dit qu'on suppose souvent qu'on ne peut pas faire grand-chose pour aider la personne atteinte d'un trouble neurocognitif.

En raison de la stigmatisation et d'un manque de compréhension des troubles neurocognitifs, les gens peuvent ne pas demander d'aide jusqu'à ce que les symptômes s'aggravent et deviennent problématiques. D'après les proches aidants, les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif et leur famille peuvent avoir honte du diagnostic, ce qui les amène à le cacher aux autres. Les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif et leurs proches aidants peuvent également éprouver de l'isolement, car d'autres amis et membres de la famille peuvent ne pas comprendre les troubles neurocognitifs ou ne pas savoir comment interagir avec les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif.

La stigmatisation peut empêcher les gens de reconnaître et de parler des symptômes et de demander de l'aide. Cela peut retarder le diagnostic, l'accès aux traitements et aux services et le soutien d'autrui. Elle peut également décourager les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif de vivre leur vie et de participer à des activités importantes pour elles.

Pour combattre et réduire la stigmatisation, il est important d'en apprendre davantage sur les troubles neurocognitifs, de remettre en question les stéréotypes et d'écouter les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif.

Consultez le site forwardwithdementia.ca pour en savoir plus sur les **Points de vue et faits courants sur les troubles neurocognitifs**.

Avoir de l'espoir

Reconnaître les changements et demander de l'aide est la première étape pour aller de l'avant. L'évaluation d'un trouble neurocognitif peut aider à expliquer les changements que vous avez remarqués. Même s'il ne s'agit pas d'un trouble neurocognitif, une évaluation peut aider à écarter d'autres causes des changements.

Il ne faut pas avoir honte d'un trouble neurocognitif. En savoir plus sur les troubles neurocognitifs et les symptômes vous aide à savoir à quoi vous attendre et ce que vous pouvez faire pour subvenir à vos besoins ou à ceux d'une personne atteinte d'un trouble neurocognitif.

Beaucoup de personnes atteintes d'un trouble neurocognitif et leurs proches aidants vivent une vie pleine et significative après le diagnostic et continuent de participer à des activités qui sont importantes à leurs yeux.

Consultez le site forwardwithdementia.ca pour en savoir plus sur **Avoir de l'espoir et bien vivre**.