

# Causes fréquentes de démence

La démence est un terme générique. Elle désigne un ensemble de symptômes et de signes cliniques qui se manifestent lors de maladies affectant les fonctions cognitives. Les causes les plus fréquentes de démence après 65 ans sont la maladie d'Alzheimer et les maladies vasculaires cérébrales. Elles impactent l'autonomie et la qualité de vie de la personne malade ainsi que celles de son entourage.

## / Aspects théoriques

### Définition

Une démence est un syndrome se manifestant par un déclin des fonctions cognitives qui perturbe le bon fonctionnement du cerveau de manière durable. La démence entraîne une perte d'autonomie dans les activités du quotidien et, fréquemment, des troubles du comportement. Les principales fonctions cognitives atteintes sont la mémoire, le langage, la coordination des mouvements, les capacités de reconnaissance et d'orientation, les capacités à raisonner, la planification, le calcul, la prise de décisions complexes et les capacités à contrôler ses émotions et comportements. La nature des causes détermine la vitesse d'évolution des symptômes, leur ordre d'apparition, les implications en termes de risque familial ou encore les modalités d'accompagnement et de soins possibles.

### Principales causes de démence

Les causes les plus fréquentes de démence chez l'adulte sont les maladies neurodégénératives (avec la maladie d'Alzheimer au premier plan) et les maladies vasculaires cérébrales. Il existe différentes classifications des causes de démence. Nous avons opté pour le modèle suivant:

### Maladies neurodégénératives

Les maladies neurodégénératives sont la première cause de démence chez l'adulte. Elles se caractérisent par un dysfonctionnement, puis une perte progressive et irréversible des cellules cérébrales et de leurs connexions. Il s'agit principalement:

- › de la maladie d'Alzheimer (env. 60% des cas);
- › de la maladie à corps de Lewy, qui peut combiner des troubles de l'attention, des hallucinations visuelles, des troubles du comportement durant le sommeil ainsi que des difficultés motrices;
- › de la maladie de Parkinson et d'autres maladies similaires, qui peuvent à terme évoluer vers un syndrome démentiel;
- › des dégénérescences lobaires fronto-temporales, qui se caractérisent par des modifications du comportement, de la personnalité, des mouvements et/ou du langage.

### Maladies vasculaires

Ces maladies entraînent une démence liée à des lésions cérébrales causées par des maladies des vaisseaux qui transportent le sang vers le cerveau.

### Autres maladies

Certaines maladies peuvent provoquer des symptômes démentiels. On parle alors de démences secondaires. Elles sont classées en fonction de leur caractère réversible ou irréversible.

Les maladies avec symptômes irréversibles sont :

- › la maladie de Creutzfeldt-Jakob, maladie très rare due à des dépôts cérébraux de protéines appelées prions ;
- › les lésions cérébrales traumatiques (p. ex. dues à un accident de voiture) ainsi que les traumatismes crâniens mineurs, mais répétés, chez certains sportifs, dans le milieu de la boxe, du rugby ou du football. Les symptômes peuvent apparaître des années après le traumatisme ;
- › la maladie de Huntington, maladie héréditaire rare se manifestant par des troubles cognitifs et des mouvements anormaux.

Les maladies qui provoquent des symptômes en partie réversibles et peuvent être traitées sont :

- › certaines infections chroniques, comme l'infection par le virus de l'immunodéficience humaine (VIH) ;
- › les maladies auto-immunes et inflammatoires, comme la sclérose en plaques ou le lupus ;
- › les situations de mauvaise oxygénation chronique du sang, comme lors d'apnées du sommeil ;
- › les problèmes métaboliques et endocriniens, comme les dysfonctions de la thyroïde, les hypoglycémies répétées ou les carences prolongées en vitamine B<sub>12</sub>, B<sub>6</sub> ou B<sub>1</sub> (fréquentes lors de problèmes d'alcoolisme) ;
- › l'hydrocéphalie chronique de l'adulte ;
- › les tumeurs cérébrales.

Selon l'OMS, la démence constitue l'une des principales causes de handicap et de dépendance chez les personnes âgées dans le monde. Elle entraîne des conséquences qui peuvent être physiques, psychologiques, sociales ou économiques, non seulement pour la personne atteinte, mais aussi pour son entourage.

### Facteurs de risque de démence

#### Facteurs de risque non modifiables

L'âge est le principal facteur de risque de démence. Il est important de rappeler que la démence ne fait pas partie du vieillissement normal.

Le trouble cognitif léger (en anglais: *mild cognitive impairment*) constitue également un facteur de risque non modifiable. En effet, pour les personnes diagnostiquées avec un trouble cognitif léger, le risque de développer une démence est élevé.

#### Facteurs modifiables

Les facteurs de risque dits modifiables sont liés au style de vie. Il s'agit notamment de l'hypertension, de l'obésité, du diabète, de la consommation excessive d'alcool, des troubles du sommeil, des traumatismes crâniens ou du manque d'activité physique. En agissant sur ces facteurs (traitements, hygiène de vie adaptée, etc.), il est possible de réduire le risque de développer une démence.

### / Maladie d'Alzheimer

La maladie d'Alzheimer est la maladie neurodégénérative la plus fréquente. Elle se caractérise par l'apparition dans le cerveau de deux lésions typiques: les plaques amyloïdes et la dégénérescence neurofibrillaire, qui correspondent toutes deux à l'accumulation de formes anormales de protéines déjà présentes dans notre cerveau. Les causes précises de cette maladie font aujourd'hui encore l'objet de recherches. Graduellement, toutes les régions du cerveau sont atteintes, les cellules nerveuses commencent à dysfonctionner et finissent par dégénérer. Les troubles cognitifs progressent, et la personne perd peu à peu son autonomie.

#### Symptômes de la maladie

Dans sa forme typique, les troubles liés à la maladie d'Alzheimer concernent les points suivants.

- › La mémoire: la personne oublie des événements récents importants, pose plusieurs fois la même question. Petit à petit, toutes les formes de mémoire sont altérées.
- › Le langage: la personne cherche ses mots, les confond. Elle a de plus en plus de difficultés à suivre une conversation et à comprendre ce qu'on lui dit. Avec l'évolution de la maladie, elle communique de moins en moins verbalement, n'émet plus que des sons et, finalement, ne parle plus du tout.
- › L'orientation: la personne se perd dans des endroits connus, ne sait plus quel jour on est. Elle perd peu à peu tout repère dans son environnement et, pour finir, ne reconnaît plus ses proches.
- › La réalisation des tâches du quotidien: la personne n'arrive plus à payer ses factures, à cuisiner, à s'ha-

billier. Elle finit par être complètement dépendante d'une aide pour toutes les tâches du quotidien.

- › La capacité de raisonnement: la personne peine à suivre une pensée complexe, à émettre un jugement adéquat et à apprécier les enjeux d'une situation, comme les impacts de la maladie sur son quotidien.
- › L'humeur: la personne peut être irritable, agitée ou apathique. Son comportement a un impact sur sa vie sociale, elle s'isole de plus en plus.

Dans la grande majorité des cas, les signes de la maladie se manifestent aux alentours de 75 ans. La maladie touche davantage les femmes que les hommes. Une très faible proportion (moins de 1%) des cas d'Alzheimer ont pour origine des anomalies génétiques précises et connues. Il s'agit souvent de formes atypiques, qui se développent alors que la personne est très jeune (entre 35 et 60 ans).

#### Évolution de la maladie

La maladie débute plusieurs années avant que les premiers symptômes ne se manifestent. Même si elle évolue différemment d'une personne à l'autre, on distingue trois stades.

- › Au stade initial, les difficultés touchent la mémoire, la capacité à s'orienter et à réaliser des tâches complexes (comme les tâches administratives). La personne vit encore à domicile et a besoin d'une aide ponctuelle.
- › Au stade modéré, les activités de base de la vie quotidienne (se nourrir seul, s'habiller, etc.) sont affectées, et les difficultés de langage sont de plus en plus marquées. La personne a besoin d'une aide quotidienne.
- › Au stade avancé, la personne est complètement dépendante et ne peut souvent plus vivre à domicile. Elle se retire dans son propre monde et semble être déconnectée de la réalité.

#### Comment traiter la maladie d'Alzheimer ?

La maladie d'Alzheimer est chronique et évolutive. À l'heure actuelle, il n'existe aucun traitement susceptible de la stopper ou de la guérir. Il est toutefois possible, grâce à des médicaments et à des interventions ciblées, de préserver l'autonomie et la qualité de vie de la personne malade.

- › Médication: en début de maladie, le médecin peut prescrire des médicaments qui améliorent la transmission des informations entre les neurones, comme

les inhibiteurs de la cholinestérase ou la mémantine. Pour plus d'informations, veuillez consulter notre fiche d'information « Les médicaments procognitifs pour traiter la maladie d'Alzheimer ».

- › Autres médicaments: ils sont prescrits pour atténuer les symptômes de la démence, tels que la dépression, les troubles du sommeil ou les angoisses.

Autres approches: les interventions non médicamenteuses à visée thérapeutique améliorent ou stabilisent les capacités préservées et l'humeur de la personne malade. Elles permettent notamment d'entraîner la mémoire, de maintenir les gestes du quotidien (marche, habillage, etc.) et d'atténuer les troubles du comportement. Pour plus d'informations, veuillez consulter notre fiche d'information « Traitement des symptômes comportementaux et psychologiques ».

### / Démence d'origine vasculaire

La démence vasculaire représente environ 20% des formes de démence. Elle résulte de différentes lésions vasculaires, qui entraînent des troubles de l'irrigation sanguine du cerveau et aboutissent à la perte massive de neurones dans les zones atteintes. La démence d'origine vasculaire peut être associée à des causes neurodégénératives, comme la maladie d'Alzheimer. On parle alors de démence mixte. En fonction de la localisation des lésions, toutes les fonctions cognitives peuvent être atteintes.

Parmi les facteurs de risque cités plus haut, ce sont en particulier ceux qui altèrent les vaisseaux du cerveau qui sont en cause. La prévention passe par un mode de vie sain: une alimentation équilibrée, la pratique régulière d'une activité physique, l'arrêt du tabac et les activités intellectuelles régulières et stimulantes sont autant d'habitudes qui réduisent globalement le risque d'être un jour atteint de démence.

#### Symptômes et évolution de la démence vasculaire

Les symptômes de cette forme de démence sont globalement les mêmes que dans le cas de la maladie d'Alzheimer. Cependant, les premiers signes annonciateurs de la maladie peuvent être légèrement différents en fonction des lésions cérébrales.

- › Si la personne a fait un accident cérébral brutal – que celui-ci soit de grande ampleur ou non – qui a touché une zone très importante du cerveau, elle

souffrira principalement de troubles de la parole, de la vision, etc. Ces troubles surviendront rapidement après l'AVC.

- › Si la personne souffre de multiples micro-accidents vasculaires cérébraux ou d'une maladie progressive des petites artères du cerveau (p. ex. d'hypertension non traitée), elle présentera des difficultés d'attention et de concentration ainsi qu'un ralentissement de la pensée. Ces troubles surviennent de manière lente et insidieuse.

Au stade avancé, l'expression de la démence vasculaire ressemble à celle des autres formes de démence.

### Comment traiter la démence vasculaire ?

Les traitements administrés lors d'une démence vasculaire visent à retarder la progression de la maladie. Il convient donc d'intervenir sur les plans suivants :

- › traitement des problèmes de santé : hypertension ou hypotension artérielle, taux de cholestérol trop élevé, diabète et maladies cardiaques ;

**Bon à savoir :** dans le langage courant, le terme *démence* est souvent connoté négativement et associé à tort avec la folie. Il est cependant utilisé par l'OMS dans son système de classification des maladies et désigne différentes maladies cérébrales qui se manifestent par des symptômes similaires (pertes de mémoire, d'orientation spatio-temporelle, etc.). La forme de démence la plus courante est la maladie d'Alzheimer. Il existe d'autres formes de démence, notamment la démence vasculaire, la démence fronto-temporale et la démence à corps de Lewy. Le terme *troubles neurocognitifs* est parfois utilisé au lieu du terme *démence*.

- › amélioration de l'hygiène de vie : modification de l'alimentation, diminution de la consommation d'alcool, arrêt du tabac et augmentation de l'activité physique ;
- › autres thérapies : rééducation à la suite d'un accident vasculaire cérébral et traitement des symptômes concomitants, comme ceux de la dépression.

### / Se ressourcer

En tant que proche, vous êtes souvent la première personne à être alertée par des comportements inhabituels d'une personne de votre entourage. Savoir quand il est nécessaire de consulter, quelle est l'évolution de la maladie, comment gérer les refus du proche malade, où trouver de l'aide pour le quotidien et des offres de répit : il s'agit là d'autant de questions qui vous préoccupent tout au long de la maladie. Chercher du soutien et de l'écoute peut vous aider à retrouver force et confiance. Le service de conseil téléphonique d'Alzheimer Suisse et ses différentes sections peuvent vous soutenir dans toutes les étapes que vous traversez. Pour éviter de vous épuiser, vous pouvez également participer à des groupes de parole ou obtenir un conseil personnalisé.

### Conseil scientifique

**Dr méd. Adrien Lorette**, médecin chef adjoint,  
Pôle santé mentale, Hôpital du Jura bernois

**Prof. Dr Giovanni Frisoni**, Centre  
de la mémoire, Université de Genève

Cette fiche d'information est également  
disponible en allemand et en italien.

**Contribuez à une vie meilleure  
pour les personnes atteintes de démence.**

IBAN CH33 0900 0000 1000 6940 8

Alzheimer Suisse • Gurtengasse 3 • 3011 Berne  
Secrétariat 058 058 80 20 • [info@alz.ch](mailto:info@alz.ch) • [alz.ch](http://alz.ch)



## Besoin d'écoute ou de conseil ?

Pour un conseil adapté à vos besoins et à votre situation actuelle, contactez-nous au **058 058 80 00**, du lundi au vendredi, de 8 h à 12 h et de 13 h 30 à 17 h, ou par courriel à [info@alz.ch](mailto:info@alz.ch).

Les 21 sections cantonales d'Alzheimer Suisse sont aussi là pour vous dans votre région. Informez-vous sur [alz.ch](http://alz.ch).

### Impressum

Édition et rédaction :

© Alzheimer Suisse 2022