

## Prévention de la démence



### Que faire contre l'oubli ?

### Intervenir le plus tôt possible sur les troubles de la mémoire

Les performances mentales de votre patient diminuent ? Les premiers signes de troubles de la mémoire, de la concentration ou des difficultés à planifier des tâches complexes au quotidien se manifestent ? Les méthodes de diagnostic modernes rendent les troubles cognitifs légers (Mild Cognitive Impairment, MCI) visible à un stade très précoce. Un « MCI » est un facteur de risque pour le développement d'une démence mais il n'évolue pas nécessairement vers cette maladie.

**pdp** – Le Programme Démence Prévention intervient dans ce contexte. Des études ont montré que les troubles cognitifs légers qui ne sont pas liés à l'âge peuvent être un indicateur de vieillissement pathologique. Ces études soulignent aussi que des facteurs de risque tels que l'hypertension, l'isolement social ou le manque d'activité physique peuvent influencer le développement de « MCI ». Ces facteurs de risque peuvent être atténués. Le **pdp** aide les patients atteints à réduire l'influence de certains de ces facteurs de risque.

Dans ce but, le **pdp** offre un programme de prévention centré sur les besoins de chaque patient. Il est conçu en modules, il combine un entraînement physique et/ou cognitif adapté avec des conseils nutritionnels et ce, en fonction du profil de risque de chaque patient. De cette manière, les facteurs de risque sont pris en compte de façon optimale afin de maintenir aussi longtemps que possible la qualité de vie de votre patient voire de l'améliorer.

Le **pdp** intègre les dernières connaissances scientifiques et résultats de recherche actuels dans la prise en charge des personnes touchées. La prévention de la démence progresse ainsi vers un nouveau champ d'action médical (Livingston et al., 2017, The Lancet).

### Comment un Memory Coach peut-il aider ?

Dans le cadre du **pdp**, vous pouvez, en tant que médecin, compter sur le soutien d'un Memory Coach (coach de la mémoire) spécialement formé à la prévention de la démence. En étroite collaboration avec vous, il offre une aide ciblée à vos patients.



#### Les Memory Coaches

- sont des neuropsychologues diplômés,
- conseillent les personnes ayant un MCI dans la recherche de services adaptés,
- créent un profil de risque individuel et un programme de prévention personnalisé,
- éclairent vos patients sur les facteurs de risque et sur la possibilité de développer une démence,
- organisent, suivent et évaluent les mesures de prévention proposées.

### Les critères de participation au pdp

Le **pdp** cible les patients atteints de troubles cognitifs légers (MCI). Les difficultés cognitives observées sont influencées par certains facteurs de risque et modes de vie. Ces derniers peuvent être atténués pour prévenir la progression des troubles vers une démence. **Le diagnostic du MCI constitue donc le critère le plus important pour l'inclusion dans le programme.**

Si les critères sont remplis, vous pouvez, en tant que médecin, enregistrer votre patient pour le programme. Le consentement du patient est une condition préalable. La participation au **pdp** est gratuite pour le participant.

Les patients ne présentant aucun trouble cognitif léger mais étant porteurs de certaines mutations pour des protéines (ex : APP, PS1 et PS2) qui indiquent la maladie d'Alzheimer peuvent aussi participer.



Les neuropsychologues du **pdp** effectueront les tests nécessaires à l'établissement d'un diagnostic. Si ce dernier montre un MCI, votre patient pourra participer au **pdp**. Si les tests identifient une démence déjà existante, il sera orienté vers des programmes d'information et de soutien en dehors du **pdp**.

### Les avantages pour votre patient et vous

Le **pdp** veut soutenir les médecins traitants dans leur travail quotidien avec des patients à risque pour le développement d'une démence. De plus, l'expérience précieuse des médecins devrait être intégrée dans le programme. Le **pdp** repose ainsi sur un échange avec vous. En tant que médecin, vous connaissez mieux que quiconque les besoins, souhaits et peurs de vos patients.

De cette façon, le programme regroupe expérience et connaissances mais aussi, profite aux patients comme aux médecins.

Vos avantages :

- La participation active au **pdp** vous donne l'opportunité d'inscrire vos patients à un programme spécialisé.
- En participant au **pdp**, vous offrez à vos patients un service personnalisé qui apporte une valeur ajoutée à votre cabinet.
- En travaillant avec notre Memory Coach, vous serez soulagés des soins préventifs et pourrez vous concentrer sur les soins médicaux.

Le **pdp** est une initiative conjointe du Ministère de la Santé et du Luxembourg Centre for Systems Biomedicine (LCSB) de l'Université du Luxembourg, en collaboration avec de nombreux partenaires locaux. Dans le cadre du plan d'action national sur la démence, le **pdp** propose des mesures de prévention à l'échelle du pays.

Les différentes offres de prévention sont organisées et mises en œuvre par des partenaires locaux. Ce sont par exemple différents clubs seniors, clubs sportifs, ou des nutritionnistes, communes et autres prestataires.

Les accords de coopération initiés par le **pdp** avec des partenaires locaux assurent une prévention intégrée, coordonnée et individualisée auprès des personnes atteintes de troubles cognitifs légers.



Contact :

Téléphone (+352) 247-75600  
info@dementia.lu · www.dementia.lu

Lieu de consultation :

Centre Hospitalier de Luxembourg  
Bâtiment de l'ancienne maternité  
120, route d'Arlon · L-1150 Luxembourg