

## Édito



Chers amis,  
Le moment de la mobilisation massive pour lutter contre la maladie d'Alzheimer arrive. Pour les manifestations autour du 21 septembre 2012 nous avons besoin de vous tous. Mieux faire connaître la maladie, changer le regard sur les personnes malades et convaincre que la maladie d'Alzheimer est un vrai enjeu de santé publique en seront les thèmes essentiels. Vous voulez nous aider ponctuellement faites vous connaître en appelant le 02 62 94 30 20. Dans ce nouveau numéro vous pourrez aussi mieux connaître le métier d'orthophoniste et profiter de divers conseils et informations. Diffuser à vos amis ce nouveau numéro, vous ferez mieux connaître la maladie d'Alzheimer et les actions de l'association. Bonne lecture à tous.  
La présidente  
S. LEBIHAN

## Actualité

### Journée Mondiale Alzheimer 2012

**Un nouveau thème national pour la Journée Mondiale d'Alzheimer. L'édition 2012 se déroulera dans la semaine du 17 au 23 septembre prochain autour de la thématique : « prévenir, aider pour mieux vivre la maladie ».**

Pour marquer cet événement, un appel a été lancé aux auteurs réunionnais. Ils sont invités à écrire un texte inspiré par la maladie d'Alzheimer, ma mémoire, la vieillesse. Les œuvres seront édités dans un livret intitulé « des mots contre l'oubli » et illustrés par des photographies de malades en ateliers d'art-thérapie. Vous pourrez aussi admirer leurs œuvres, les photos et les textes réalisés par les élèves de CE2 de Nathalie Fontaine de l'école Philippe Vinson de la Montagne lors de l'exposition à la Médiathèque de Saint-Denis du 17 au 30 septembre dont le thème est « Regardez et écoutez nous autrement ». Comme chaque année, une conférence débat permettra d'échanger autour de l'importance de la relation dans la prise en charge des malades et leurs proches.

La commune et l'OMS de l'Etang Salé soutient notre action par l'organisation du traditionnel trail Nature à l'occasion de la conviviale « journée nature », le dimanche 23 septembre. Grâce au partenariat mis en place avec quelques bibliobus, vous pourrez rencontrer nos bénévoles et consulter ou emprunter des livres et supports multimédia pour mieux vous informer. Enfin, vous pourrez faire preuve de votre générosité en participant à la quête sur la voie publique du samedi 22 septembre. Retrouvez toute notre actualité et informations pratiques sur le site : [www.reunion.alzheimer.org](http://www.reunion.alzheimer.org) ou par tél : 02 62 94 30 20.



## Sommaire

- P1 Actualité : le programme prévisionnel de la Journée Mondiale Alzheimer
- P2 La question à Sonia Michalon : « L'orthophonie, pourquoi faire ? »
- P3 Dossier : Recherche ; un pas en avant et conseils pratiques
- P4 Expérience : Josette Adrien, Aide à domicile, « dame de compagnie »



## Contact association



# La question

**LA QUESTION à Sonia MICHALON, Orthophoniste avec une activité mixte, à la fois hospitalière au Centre mémoire et en libéral sur Ste Clotilde.**



Si le cabinet de l'orthophoniste résonne souvent des sons de nos « têtes blondes », il accueille aussi de plus en plus de « têtes blanches ». Cette thérapie non-médicamenteuse des troubles de la voix, de la parole et de la communication s'inscrit dans le projet thérapeutique des malades Alzheimer. Pourquoi ? Rencontre avec Sonia Michalon, qui après un DEA de sciences cognitives mène actuellement un travail de doctorat en neuropsychologie sur la maladie d'Alzheimer.

**MODEKRI : Qu'est-ce qu'un orthophoniste ?**

**Sonia MICHALON :** Sur le plan général, c'est une personne qui va prendre en charge les troubles de la voix, de la parole et de la communication. Des nouveaux-nés aux centenaires, elle intervient à tous les âges. C'est une thérapie non-médicamenteuse qui s'inscrit dans une approche médicale.

**MODEKRI : Pourquoi de l'orthophonie pour une personne atteinte d'Alzheimer ?**

**Sonia MICHALON :** Une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer va être perturbée dans sa relation à l'autre par la perte progressive, entre

autre, du langage. Donc, tout ce qui peut maintenir et adapter la communication est thérapeutique.

Au stade initial de la maladie, on essaie de maintenir les acquis verbaux et les connaissances sémantiques.

Plus tard, on accompagne le malade et les aidants (familiaux et/ou professionnels) à basculer d'une communication verbale à une communication non verbale émotionnelle.

La famille est en premier lieu touchée par ces bouleversements. Prendre en charge une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer signifie qu'il faut également prendre en charge les aidants, la famille. Il faut être au minimum deux pour communiquer, nous sommes donc dans une situation de handicap partagé. La prise en charge devient éco-systémique, c'est à dire qu'elle vise à adapter les systèmes de communication sur les lieux de vie des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

**MODEKRI : En quoi cette thérapie non-médicamenteuse peut-elle améliorer la vie du malade ?**

**Sonia MICHALON :** Agir sur la communication est essentiel, cela améliore la qualité de vie des patients et des aidants. De plus, quand les aidants et les soignants parviennent à pratiquer une communication non verbale, les patients acceptent mieux les soins, car cela leur permet de mettre du sens dans les gestes quotidiens. Il a été montré qu'améliorer la communication permet de réduire les troubles du comportement.

**MODEKRI : Quels sont les types d'exercices que vous faites avec les malades ?**

**Sonia MICHALON :** Les patients sont

vus 1 à 2 fois par semaine. Une séance dure environ 45 minutes. Nous disposons d'une grande palette d'outils qui vont nous permettre de stimuler entre autres, l'orientation dans le temps, la mémoire, le langage. Pour aider à la mise en place de la communication non verbale émotionnelle, on va entraîner l'attention visuelle, la recherche des détails, le décodage des émotions faciales, gestuelles. Cela ne peut se faire qu'en étroite collaboration avec l'aidant, à qui l'on remet des conseils pour mieux communiquer avec son proche.

**MODEKRI : A quel stade de la maladie, l'orthophonie est-elle possible ?**

**Sonia MICHALON :** On ne peut pas parler de récupération possible mais bien d'accompagnement au cours d'une série d'étapes où la question de la communication est au cœur du problème. A tous les stades de la maladie, l'orthophonie peut s'avérer bénéfique mais plus tôt le patient est pris en charge mieux on peut entretenir ce qui existe encore et amener la communication non verbale émotionnelle.

**MODEKRI : Qui prescrit l'orthophonie ?**

**Sonia MICHALON :** C'est à partir d'un bilan prescrit par le médecin traitant ou par un médecin (neurologue, gériatre, psychiatre) du centre Mémoire que la prise en charge peut s'effectuer dans le réseau des orthophonistes libérales. Les orthophonistes font régulièrement des formations complémentaires pour pouvoir s'adapter à la prise en charge des personnes atteintes de troubles des fonctions neurodégénératives. Depuis cinq ans, les consultations et les compétences des orthophonistes dans le réseau libéral se développent.

## Recherche : un pas en avant

C'est le très sérieux « Journal of Neuroscience », - une publication médicale américaine - qui l'annonce, c'est aussi un nouveau pas dans la connaissance de la maladie. Une équipe de chercheurs britanniques a découvert des anticorps qui bloquent la destruction des synapses entre les cellules cérébrales des souris.

Attention, découverte ne veut pas dire traitement. Du moins, pas dans l'immédiat. La maladie d'Alzheimer est caractérisée par la formation de dépôts anormaux d'une protéine, - la peptide bêta-amyloïde, sur les synapses. Ils ne peuvent plus jouer leur rôle de communication avec les neurones, situés dans l'hippocampe c'est à dire la zone jouant un rôle clé dans l'apprentissage et la mémoire.

La peptide bêta-amyloïde entraîne la production de protéine Dkk1. Celle-ci présente en grande quantité dans les tissus cérébraux des personnes malades, était déjà connue des scientifiques. « Mais, jusqu'alors personne ne savait ce que cela signifiait. » a déclaré Patricia Salinas, chercheuse du département de biologie cellulaire de l'Université Collège de Londres.

Les anticorps découverts par les chercheurs bloquent les effets toxiques de la protéine Dkk1 sur les synapses. L'expérience menée sur des cerveaux de souris a permis de démontrer que toutes les synapses traitées avec ces anticorps étaient restées saines.

Mais, gardons la tête froide. Il ne s'agit pour l'heure que d'une étude qui constitue certes une avancée importante dans la compréhension des mécanismes moléculaires d'Alzheimer, mais aucun traitement efficace n'a été

découvert à ce jour pour arrêter la progression de cette maladie dévastatrice.

## Brèves

**Appel aux bénévoles :** que vous soyez étudiant, salarié, retraité, sans emploi, concerné directement ou non par la maladie d'Alzheimer, vous pouvez contribuer à la réussite de la journée Mondiale de la maladie d'Alzheimer.

Tél : 02 62 94 30 20 ou [reunion.alzheimer@wanadoo.fr](mailto:reunion.alzheimer@wanadoo.fr)

## Conseils pratiques

### Compléments alimentaires : attention aux produits « miracle »



Le cerveau est un muscle qui doit être stimulé tout au long de notre vie. Une alimentation équilibrée est une condition au maintien de son bon fonctionnement. Pourtant quand le goût des aliments s'estompe, que le rythme se décale et que le malade se nourrit mal, des carences peuvent apparaître.

Rien ne remplace les légumineuses, lentilles ou haricots secs et les céréales complètes comme le riz ou les pâtes. Le traditionnel cari, s'il n'est pas trop gras, constitue donc un menu idéal pour toute la famille. Il semble même que notre usuel curcuma présente des propriétés anticancer, donc aucune raison de s'en priver. Avec les vitamines B9 contenues dans les fruits et légumes frais et B12 des poissons, œufs et laitages, pas besoin de compléments alimentaires.

Mais à un certain stade de la maladie, le proche peut refuser la nourriture proposée. Il faut donc s'assurer que ses besoins restent couverts. Une supplémentation en vitamine D, pour les os, et en oméga 3, les fameux acides essentiels, peut s'avérer utile à la personne qui sort peu et ne mange pas de poisson gras.

Il faut en revanche se méfier des compléments alimentaires « à la mode ». Ainsi, inutile de se ruiner en « ginkgo ». Son effet anti-oxydant ne rendra pas la mémoire à votre parent. De la même façon, le « ginseng » est loin d'avoir fait les preuves des vertus d'« éternelle jeunesse » que la publicité lui prête. Au mieux, quelques études scientifiques attestent d'amélioration des indicateurs du diabète. Même méfiance à l'égard du guarana qui ne procure pas plus d'énergie qu'une bonne tasse de café. Enfin, la spiruline, est loin d'être l'algue miracle. Elle peut même s'avérer nocive en gênant l'action de la vitamine B12. Attention aussi au sélénium et au bêta-carotène, souvent trop dosés dans les produits présents sur le marché.

Bref, seul le médecin traitant ou le gériatre saura évaluer l'utilité d'un éventuel complément alimentaire pour votre proche malade.

# Expérience

Josette, Aide à domicile, « dame de compagnie »



Ancienne employée de l'ARAST, Josette a retrouvé un emploi d'aide à domicile à la SCOPAD, une association spécialisée dans l'aide à domicile des personnes âgées. Elle s'occupe actuellement de quatre personnes âgées dans l'ouest du département. Parmi elles, un couple, dont l'un est atteint de la maladie d'Alzheimer.

Tous les jours, quand Josette franchit la porte, elle se demande si Mr M la reconnaîtra. Depuis un an, c'est elle qui prend soin de la maison de ce couple de personnes âgées désormais dépendantes. Mr M, 75 ans, souffre de la maladie d'Alzheimer. Son épouse marche aujourd'hui avec un déambulateur et ne peut plus prendre son mari en charge seule. « Mais elle continue à lui préparer ses repas », souligne Josette. Poulet, saucisses, pomme de terre et chou-choux. « Ce n'est pas très varié mais c'est ce qu'il aime » explique l'aide à domicile.

Chez ces personnes, elle arrive tous les

matins à 11 heures. « Si j'arrive plus tôt, ils dorment encore. Ils se couchent tard et sont décalés », plaisante-t-elle avant d'expliquer que Mr M comme elle le nomme avec un immense respect - n'a plus vraiment la notion du temps. « sa femme a l'impression d'avoir beaucoup de choses à faire dans la maison alors que je m'occupe de tout », souligne la dynamique aide à domicile. Pendant trois heures, elle se consacre à eux. « Je lève Mr M avec beaucoup de précautions car il est capable de partir en courant dès qu'il est debout. Parfois j'aide Mme M à faire sa toilette et à l'habiller. »

Toujours souriante, elle plaisante beaucoup avec Mr M. Parmi leur sujet de rigolade, celui de l'année de naissance du vieux Monsieur qu'il oublie d'un jour sur l'autre. « Il ne parle plus mais il chante en sifflant » indique Josette, « Il me regarde droit dans les yeux alors Mme M lui demande s'il m'aime et il répond « oui ».

Pour le vieux couple, cette gentille « femme de ménage » reste leur lien au monde extérieur. Si Mme M est parfois un peu ronchon, elle n'en apprécie pas moins cette compagnie quotidienne qui, de surcroît, permet à son logis de rester propre. « Je reste parfois jusqu'à 15h. Je le fais manger en le redressant pour ne pas qu'il soit tout affalé » dit Josette. « Il aime bien jouer avec moi.

Par exemple, si je lui donne un mouchoir, il le jette par terre pour que je le lui ramasse.

Moi, je lui parle, il le faut. Ce n'est pas

une statue même s'il ne me répond plus » insiste Josette. « Mais c'est vrai que c'est difficile de s'occuper d'un malade comme ça. Heureusement que j'ai suivi une formation pour savoir comme m'y prendre avec lui. » conclut-elle.

## Brèves

### Formation des aidants.

Pour aider les aidants familiaux à mieux accompagner leur malade, France Alzheimer Réunion continue à former les aidants.

Renseignements et inscription au 02 62 94 30 20.

### Le dispositif « Répît & Repos » à destination des aidants de personnes dépendantes, mis en place par le Conseil Général

Une palette de services auxquels l'aidant pourra faire appel, en fonction de sa situation et de ses besoins, afin de le soulager au quotidien.

Pour en savoir plus sur le dispositif, un numéro vert est à votre disposition : 0 800 53 00 02

### BULLETTIN D'ADHESION

Nom \_\_\_\_\_  
Prénom \_\_\_\_\_  
Adresse \_\_\_\_\_  
Code postal |\_\_|\_\_|\_\_|\_\_|\_\_|  
Ville \_\_\_\_\_  
Tel \_\_\_\_\_  
E-mail \_\_\_\_\_

Adhérent 10 €

Don : \_\_\_\_\_

(Règlement par chèque bancaire ou postal à l'ordre de France Alzheimer Réunion)



Coupon à détacher et à retourner accompagné de votre règlement à :

FRANCE ALZHEIMER RÉUNION  
11 rue de la République  
Bât. SHLMR « La Rivière »  
97400 SAINT DENIS