

Les plaquettes de CORIDYS ont pour mission de vous présenter les différents troubles qui peuvent exister et expliquer leurs répercussions dans la vie quotidienne.

Plusieurs explications peuvent être à l'origine de ces difficultés (causes neurologiques, retards de développement,...). Il conviendra d'explorer et d'évaluer la piste neurodéveloppementale, pour comprendre les raisons de ces inadaptations scolaires ou professionnelles.

La détection des troubles chez la personne et l'établissement d'un **diagnostic** sont primordiaux dans la réalisation d'une **prise en charge adaptée**.

Cette première étape ne pourra se faire qu'en partenariat avec l'entourage et les différents professionnels qui accompagnent la personne (milieu familial, médical, scolaire et/ou professionnel, social).

Nous vous proposons également quelques idées pour les accompagner au mieux.

Ces plaquettes utilisent volontairement des mots simples.

Plus d'informations sur www.coridys.fr

CORIDYS propose différentes aides :

- Des services **d'information** et de **documentation**.
- Des **bilans d'évaluation** des troubles cognitifs et de leurs conséquences dans la vie quotidienne.
- Des dispositifs de **suivi** et de **soutien** des personnes concernées et de leur famille.
- Des aides à l'accès aux **dispositifs** nécessaires et aux **droits**.
- **La formation des professionnels.**

Dans le but de :

- Comprendre les troubles et connaître les différents moyens de les compenser.
- Comprendre et accepter le diagnostic et ses conséquences.
- Réaliser ses projets de vie en cohérence avec ses souhaits et possibilités.
- Être informé et soutenu sur les moyens d'agir.



Troubles cognitifs: Comprendre pour Agir

04.83.57.49.42

coridys@coridys.fr

www.coridys.fr

Les troubles neurocognitifs

Les troubles de la mémoire

(l'amnésie)



Troubles cognitifs: Comprendre pour Agir

Définition ?

Il existe différents types de mémoire :

- **La mémoire à court-terme et de travail** : permettent de conserver et de traiter une information pendant une durée très limitée (un numéro de téléphone, une information à noter sur un post-it, un calcul mental,...).
- **La mémoire épisodique** : "Je me souviens." C'est la mémoire du vécu, elle contient nos souvenirs personnels, contextualisés dans l'espace et dans le temps.
- **La mémoire sémantique** : "Je sais". Ce sont nos connaissances générales sur le monde.
- **La mémoire procédurale** : "Je sais faire". C'est la mémoire de nos savoir-faire, de nos automatismes (faire du vélo, conduire, jouer d'un instrument de musique,...).

Origine ?

Certaines **affections neurologiques** comme les maladies neurodégénératives, les accidents vasculaires cérébraux, les traumatismes crâniens, les tumeurs, certaines maladies infectieuses,... peuvent perturber ces différents systèmes de mémoire et être à l'origine de difficultés dans la vie quotidienne.

Signaux d'alerte ?

- Nombreuses répétitions dans les discussions.
- Oublis de rendez-vous, des tâches prévues.
- Confusion des dates, des heures, des lieux.
- Difficultés à se rappeler des événements récents.
- Difficulté à suivre une conversation.
- Difficulté à reconnaître les visages.
- Perte du sens de l'orientation.

Questions ?

Faire travailler sa mémoire aide à la faire fonctionner de nouveau ?

NON, la mémoire n'est pas un muscle qu'il suffit de faire travailler pour le fortifier. Si certaines techniques permettent de favoriser l'apprentissage, lorsqu'une personne présente des troubles de mémoire, il faut éviter de la mettre en échec et privilégier l'utilisation de moyens de compensation.

Les troubles de mémoire sont-ils toujours irréversibles ?

NON, les troubles de mémoire sont parfois la conséquence directe d'autres affections curables tels que les troubles du sommeil ou de l'humeur. L'amélioration de ces facteurs permet une récupération des capacités mnésiques.

Situation de handicap ?

Les troubles de la mémoire sont reconnus comme pouvant engendrer une **situation de handicap**. Suivant la sévérité du trouble et ses répercussions dans la vie quotidienne, il est possible de faire reconnaître cette situation et permettre la mise en place d'**aménagements** pouvant aider la personne dans son quotidien.

Ce que l'on peut faire ?

- Noter les rendez-vous dans un agenda.
- Programmer des alarmes et des rappels.
- Noter les informations importantes.
- Faire des listes.
- Toujours ranger ses affaires au même endroit.
- Toujours emprunter le même trajet.
- Ritualiser/automatiser les activités.
- Améliorer la qualité de son sommeil.

Des prises en charge possibles ?

Des prises en charge psychologiques existent pour développer l'autonomie des personnes et les aider à mettre en place des moyens compensatoires pour pallier leurs troubles de mémoire dans leur vie quotidienne.