

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 causes peuvent être à l'origine de ces difficultés : troubles neurologiques, troubles du développement ou pathologies acquises au cours de la vie.

Une évaluation approfondie permet d'en comprendre l'origine et les répercussions dans la vie quotidienne, sociale ou professionnelle.

La détection des troubles chez la personne et l'établissement d'un diagnostic sont importants pour adapter au mieux la prise en charge.

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.
- **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.



04 83 57 49 42
coridys@coridys.fr
www.coridys.fr

Les troubles neurocognitifs

L'amnésie

Les troubles de la mémoire



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 être à l'origine de ces troubles.

Ils peuvent apparaître à différents moments de la vie : dès l'enfance, à l'âge adulte ou chez la personne âgée.

Selon la zone et l'étendue de la lésion les troubles seront plus ou moins spécifiques et leur sévérité plus ou moins importante.

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 la renforcer. Certaines techniques peuvent favoriser les apprentissages, mais lorsque des troubles de la mémoire sont présents. Il est important d'éviter les situations d'échec et de privilégier l'utilisation de moyens de compensation.

Les troubles de mémoire sont-ils toujours irréversibles ?

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

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.

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'**aménagement**s 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 et en ergothérapie existent et ont pour objectifs de mieux comprendre les difficultés rencontrées dans la vie quotidienne. Elles peuvent inclure des séances de remédiation cognitive, des conseils, des stratégies de compensation et un accompagnement pour mieux vivre avec les troubles, ainsi qu'un soutien pour la personne et son entourage.

Un accompagnement pour mieux vivre avec les troubles, ainsi qu'un soutien pour la personne et son entourage pourra également être mis en place.