

QU'EST-CE QUE LA MALADIE DE PARKINSON ?

La maladie de Parkinson (MP) est un processus chronique qui progresse lentement. Elle affecte surtout les parties du cerveau qui contrôlent vos mouvements. Les cellules de votre cerveau produisent un produit chimique important appelé *dopamine*. (Ces cellules se trouvent dans une structure appelée *substantia nigra*.) Quand vous voulez vous déplacer, la dopamine est impliquée dans la production de mouvements réguliers et coordonnés. Bien des gens développent des symptômes entre l'âge de 50 et 60 ans, mais certains les développent beaucoup plus jeunes ou beaucoup plus vieux. Au fil du temps, les symptômes empirent et peuvent changer, devenant plus nombreux/différents que ce qu'ils étaient lors du diagnostic initial. En règle générale, cela se produit lentement, au fil des années. Quand les symptômes se mettent à nuire à vos activités de tous les jours, certains traitements peuvent vous aider.

Qu'est-ce qui cause la maladie de Parkinson ?

Pour des raisons que nous ne connaissons toujours pas, les cellules qui produisent la dopamine commencent à mal fonctionner. Elles ne produisent plus suffisamment de dopamine pour que les mouvements soient aussi réguliers que lorsque la dopamine était suffisante dans le système. À ce jour, personne ne sait ce qui déclenche la MP. De nombreux chercheurs tentent de résoudre l'énigme. Pour le moment, on croit que le vieillissement, l'environnement (toxines ou poisons) et certaines anomalies génétiques peuvent entraîner des changements corporels qui mènent à la MP.

Comment la maladie de Parkinson est-elle diagnostiquée ?

Un médecin, neurologue ou médecin de famille en règle générale, s'informe de vos antécédents médicaux et vous examine. Il fait le diagnostic en fonction de ce qu'il constate et de ce que vous lui dites. Aucune analyse de sang ou aucun examen de laboratoire ne peut diagnostiquer la MP. Il peut y avoir IRM ou TAC pour que le médecin détermine s'il y a autre chose (tumeur, petit AVC ou autre). Il n'y a prise de médicaments que lorsque les symptômes commencent à vous empêcher de faire ce que vous voulez. Parlez-en avec votre médecin.

À quoi ressemble la maladie de Parkinson ?

La plupart des gens remarquent d'abord des changements d'un côté du corps. Tremblements alors qu'un bras ou une jambe est au repos, où il/elle ne fait rien; écriture plus petite; sentiment de ralentissement; visage moins expressif donnant un air ennuyé ou déprimé même si ce n'est pas le cas; pas plus petits. Ce sont des choses que les gens remarquent souvent avant même qu'ils soient diagnostiqués. Chacun de nous est unique et les changements sont propres à chacun de nous.



Il y a quatre symptômes moteurs principaux qu'un médecin recherche pour diagnostiquer la maladie de Parkinson :

- **Tremblements** – involontaires quand les mains ou les jambes sont au repos. (Ce ne sont pas tous ceux atteints de la maladie de Parkinson qui tremblent et ce ne sont pas tous ceux qui tremblent qui sont atteints de la maladie de Parkinson.)
- **Lenteur des mouvements** (terme médical *bradykinésie*) – quand vous voulez vous déplacer, tout se fait au ralenti et avec effort.
- **Rigidité** – musculaire, que détecte d'habitude votre médecin ou équipe de soins de santé.
- **Difficulté à marcher et troubles d'équilibre** – vos pas deviennent plus petits; il se peut que vous boitez légèrement.

Les gens atteints de la MP développent bien d'autres symptômes (pas tous ou toujours) au fil du temps. Parmi ceux-ci :

- Constipation
- Changements de déglutition
- Fatigue
- Changements d'humeur

- Troubles du sommeil
- Changements d'élocution
- Changements de mémoire et de pensée

Si vous avez de ces symptômes, Parkinson Québec peut vous offrir des dépliants qui pourraient vous aider.

Aidez-vous à vivre avec la MP en :

- vous informant
- trouvant un groupe de soutien parmi les membres de votre famille ou vos amis
- faisant des exercices (continuez ou commencez !)
- vous assurant de garder votre équipe de soins de santé à jour quant à votre état

Rappelez-vous toujours : vous êtes unique ! La façon dont la MP vous affecte différera de la façon dont elle affecte quelqu'un d'autre. Bien qu'il n'y ait toujours pas de guérison pour la MP, bien des options peuvent vous aider à vivre pleinement votre vie. Parkinson Québec est là pour vous aider.

*Source : Parkinson Alberta
Adapté par Parkinson Québec, Juin 2015*

