



Centre Local d'Information et de Coordination de la Presqu'île Guérandaise
26bis, faubourg Saint Michel 44350 GUERANDE
Tel : 02.40.62.64.64 / Fax : 02.40.62.64.66
Site : www.cliceclairage.com

CLIC INFOS Avril 2013

La maladie de Parkinson

La maladie de Parkinson est une maladie neuro-dégénérative caractérisée par la disparition prématurée des neurones, disparition à l'origine des signes cliniques connus : les tremblements au repos, la rigidité musculaire, les mouvements ralentis.

Le risque d'être touché par la maladie de Parkinson augmente avec l'âge, en effet, cette affection touche 1 à 2 personnes sur 1000 dans la population générale et passe de 26 à 35 pour 1000 entre 85 et 89 ans. L'âge moyen de début étant de 60 ans. 14 000 nouveaux cas sont recensés par an.

Histoire de la maladie

L'évolution de la pathologie est différente selon les patients.

L'état émotionnel des personnes influe sur les symptômes : le stress, l'insomnie... peuvent les accentuer alors qu'un évènement heureux peut les réduire.

Les patients atteints de la maladie de Parkinson ont souvent des troubles de l'humeur : dépression, trouble de l'attention, de la mémoire.

Les traitements peuvent améliorer le confort de vie du patient, surtout au début de la maladie, en atténuant les symptômes et dans certains cas en retardant l'évolution.

Le rôle de l'aidant

Le rôle de l'aidant est primordial, il s'agit dans la plupart des cas du conjoint. Le conjoint aidant est au cœur du circuit de soin : il soutient la personne tout au long de la journée, l'aide dans les gestes du quotidien, l'accompagne au rendez-vous... Plusieurs heures par jour sont consacrées au patient.

Cependant l'aidant ne doit pas mettre sa vie en suspend, c'est pourquoi il est préférable d'aider le malade à garder son autonomie plutôt que de faire à sa place : des outils existent comme des exercices d'assouplissement, des cordes pour aider au lever, des échanges d'expériences avec d'autres aidants...

L'aidant doit aussi savoir se préserver en gardant une vie sociale, en réduisant la charge de travail grâce aux aides à domicile et infirmières, une aide psychologique est parfois nécessaire.

On peut également trouver du soutien auprès d'associations

Trucs et astuces

- ☞ Réorganiser la journée en fonction de la fatigue : se recentrer sur les activités, laisser les phases de repos
- ☞ Réorganiser l'espace : faire attention aux escaliers, aux meubles pouvant gêner les mouvements, aux tapis, penser aux barres d'appuis...
- ☞ Faire une activité physique : la danse est conseillée pour la mobilité et l'équilibre

Contacts utiles



A.D.P.L.A
02.40.48.23.44

L'A.D.P.L.A organise des :

- ☞ conférences médicales,
- ☞ des journées paroles et échanges,
- ☞ des séances gymnastiques,
- ☞ des journées festives

Pour toute demande d'information, contacter l'association au 02.40.48.23.44

~~~~~

Antenne Saint Nazaire  
Mme Bodin : 02.53.45.75.95



France parkinson vient de signer une convention avec la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA) pour mettre en place un programme pour les aidants.

Deux niveaux de formations ouverts à tous et gratuits seront proposés à partir de septembre 2013 :

- ☞ Le premier niveau est une réunion d'information d'une demi-journée sur le rôle de l'aidant et la maladie
- ☞ Le second niveau est composé de petits groupes de 10 personnes qui échangent et se forment aux thématiques rencontrées par les aidants naturels. 5 à 6 séances seront proposées sur une période de 8 à 10 mois.

**Le 11 avril** : Journée mondiale Parkinson

