

## Bulletin **PRINTEMPS 2015**

# DANS CE NUMÉRO

- p.1** Un mot du Réseau Best Doctors
- p.1** Qu'est-ce que la maladie de Parkinson?
- p.2** Vivre avec la maladie de Parkinson
- p.2** Comment le Réseau Best Doctors peut vous aider

## Un mot du Best Doctors

La forte augmentation de baby-boomers entrant dans l'âge d'or signifie que le nombre de maladies qui touchent principalement les personnes âgées va commencer à augmenter considérablement dans un avenir proche.

L'une de ces maladies est mise sur le devant de la scène en avril, qui a été désigné comme le Mois de la sensibilisation à la maladie de Parkinson. Près de 100 000 Canadiens souffrent de la maladie de Parkinson et 85 % d'entre eux ont reçu leur diagnostic après 65 ans. On s'attend à ce que ce groupe d'âge augmente au cours des 30 prochaines années et passe de 11,6 % à 23,6 % de la population<sup>1</sup>, ce qui signifie que cette maladie devrait devenir encore plus répandue.



L'augmentation du nombre de Canadiens aux prises avec la maladie de Parkinson ne représente pas uniquement un poids pour les personnes atteintes qui voient leur capacités physiques et cognitives disparaître progressivement, elle représente également un fardeau pour important pour notre système de

soins de santé et pour les membres de la famille. Les personnes touchées par la maladie de Parkinson souffrent habituellement d'une invalidité importante de 10 à 15 ans après leur diagnostic initial et sont obligées de se tourner de plus en plus vers les fournisseurs de soins et les aidants naturels.

Bien que la maladie de Parkinson soit incurable, il existe des traitements qui permettent de contrôler les symptômes et qui améliorent la qualité de vie des personnes atteintes de la maladie. Les recherches sur la maladie de Parkinson ont également considérablement progressé au cours des dernières années et les chercheurs poursuivent leur travail pour tenter de trouver un traitement.

<sup>1</sup> Société Parkinson Canada, [http://www.parkinson.ca/atf/cf/%7B9ebd08a9-7886-4b2d-a1c4-a131e7096bf8%7D/PARKINSONSDISEASE\\_EN.PDF](http://www.parkinson.ca/atf/cf/%7B9ebd08a9-7886-4b2d-a1c4-a131e7096bf8%7D/PARKINSONSDISEASE_EN.PDF) (en anglais uniquement)

## Qu'est-ce que la maladie de Parkinson?

La maladie de Parkinson est un trouble cérébral neurodégénératif évolutif qui se caractérise par la perte de cellules cérébrales qui produisent la dopamine, une substance chimique qui contrôle les mouvements du corps. La dopamine transmet des signaux entre les neurones du cerveau et permet aux personnes d'avoir des mouvements musculaires réguliers et coordonnés. Lorsque les cellules qui produisent normalement la dopamine sont endommagées et qu'elles ne produisent plus assez de substance chimique, les symptômes moteurs de la maladie de Parkinson apparaissent.

Au fur et à mesure que le taux de dopamine diminue, des tremblements peuvent apparaître, les mouvements musculaires deviennent plus lents et plus rigides et les réflexes d'une personne sont altérés, ce qui favorise une perte de l'équilibre. Les symptômes ne sont pas uniquement physiques, ils sont également cognitifs et comprennent la dépression et l'anxiété, ainsi qu'une réduction des capacités relatives à la résolution de problèmes, à la pensée et à la mémoire.



Un diagnostic est souvent long à poser et les symptômes peuvent prendre des années à apparaître. La maladie Parkinson, en tant que trouble évolutif chronique, s'aggrave généralement au fil du temps. La cause de cette maladie n'est pas connue.

## Signes précurseurs

La maladie de Parkinson peut être difficile à diagnostiquer. Voici quelques signes précurseurs qui peuvent vous aider à déterminer si l'un de vos proches ou vous-même êtes atteint de la maladie :

- **Tremblements**
- **Difficulté à écrire (écriture manuscrite)**
- **Difficulté à se déplacer ou à marcher**
- **Trouble de l'allocation**
- **Posture voûtée**



D'autres signes de la maladie de Parkinson comprennent une sensation d'étourdissement, de la constipation, des troubles du sommeil et une perte de l'odorat.

\*Source: National Parkinson Foundation

# Vivre avec la maladie de Parkinson

Il peut être réconfortant de savoir que, même si un diagnostic de maladie de Parkinson change le cours d'une vie, des mesures peuvent être prises pour maintenir une bonne qualité de vie. Voici quelques points à prendre en compte :

**Nutrition appropriée.** Manger sainement peut aider à soulager certains symptômes comme la constipation et peut aussi permettre de maintenir une bonne santé osseuse.

**Exercice régulier.** Rester actif peut maintenir la flexibilité des articulations tout en favorisant la posture, la souplesse et la force musculaire.

**Santé mentale.** L'anxiété et la dépression sont plus fréquentes chez les personnes atteintes de la maladie de Parkinson que chez les personnes atteintes d'autres maladies chroniques<sup>2</sup>. Vous devez parler de tout sentiment anxieux ou dépressif avec un médecin.

**Traitement médicamenteux.** Le traitement médicamenteux peut aider à soulager les symptômes, ce qui facilite la vie quotidienne. Un traitement chirurgical représente aussi une option pour certaines personnes.

**Assistance.** Un groupe de soutien peut être d'une grande aide car il met en relation une personne qui souffre de la maladie de Parkinson avec d'autres personnes qui vivent une expérience similaire. Communiquez avec la Société Parkinson Canada pour découvrir ce qui est offert dans votre région.

2 National Parkinson Foundation (<http://www.parkinson.org/Parkinson-s-Disease/Living-Well/Depression>).

## Comment le Réseau Best Doctors peut vous aider

Il existe une seule manière d'identifier la maladie de Parkinson, ce qui complique la pose d'un diagnostic clair. Plusieurs symptômes sont évalués et des tests diagnostiques complètent ces évaluations.

Selon Statistiques Canada, l'âge moyen auquel les personnes ressentent les premiers symptômes de la maladie de Parkinson est de 64,4 ans et le diagnostic de la maladie de Parkinson arrive 1,9 ans plus tard. La période écoulée entre l'apparition des symptômes et le diagnostic est plus importante chez les personnes plus jeunes (près de sept ans en moyenne).

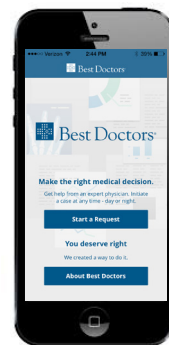
## LES FAITS:

- Au Canada, près de 5 500 nouveaux diagnostics de maladie de Parkinson sont posés chaque année.
- Le nombre de Canadiens de plus de 40 ans atteints de la maladie de Parkinson va augmenter de 65 % et passer de 99 000 en 2016 à 163 700 d'ici 2031.
- Le nombre de Canadiens de plus de 65 ans atteints de la maladie de Parkinson va plus que doubler et passer à 148 800 d'ici 2031.
- Le nombre de maladies et de troubles cérébraux comme la maladie de Parkinson devrait dépasser celui de cancer et de maladie cardiaque et devenir la principale cause de mortalité et d'invalidité pour les Canadiens d'ici 2040.
- La maladie de Parkinson est le deuxième trouble neurodégénératif le plus fréquent après la maladie d'Alzheimer.

### Sources:

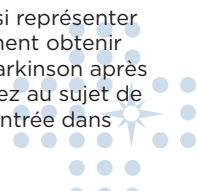
1. Société Parkinson Canada
2. Parkinson Society British Columbia
3. Statistiques Canada (<http://www.statcan.gc.ca/pub/82-003-x/201401/article/14112-eng.htm>)

Les membres peuvent télécharger l'application 'BEST DOCTORS CASE INITIATION' dans App Store ou Google Play. Communiquer avec nous aujourd'hui!



La difficulté de diagnostiquer la maladie est encore augmentée du fait qu'il existe plusieurs syndromes parkinsoniens qui ressemblent aux symptômes de la maladie de Parkinson.

Si un médecin suspecte que l'un de vos proches ou vous-même êtes atteint par la maladie de Parkinson ou si vous avez reçu un diagnostic de maladie de Parkinson et que vous voulez un deuxième avis, n'oubliez pas que le Réseau Best Doctors est là pour vous aider. Le Réseau Best Doctors peut aussi représenter une ressource précieuse si vous souhaitez simplement obtenir davantage de renseignements sur la maladie de Parkinson après avoir reçu un diagnostic ou si vous vous préoccupez au sujet de votre santé ou de celle de l'un de vos proches à l'entrée dans l'âge d'or.



1-888-623-3932

[bestdoctors@dci-assurance.com](mailto:bestdoctors@dci-assurance.com)

[www.dci-assurance.com](http://www.dci-assurance.com)

## Plus de 53 000 spécialistes émérites de garde pour vous

Si vous vivez de l'incertitude quant à votre santé, appelez le Réseau Best Doctors. Nous vous aiderons à clarifier les choses et à comprendre ce qui vous arrive en veillant à ce que vous obteniez les bons renseignements, le bon diagnostic et le bon traitement.

Ce bulletin n'a pas pour objet de fournir des conseils ou des services médicaux et ne doit pas être interprété comme constituant les conseils professionnels de Best Doctors. À cet égard, Best Doctors ne garantit pas l'exactitude des renseignements présentés ni leur pertinence par rapport à un cas particulier et n'assume aucune responsabilité à ce sujet. Les problèmes de santé de toute personne doivent être portés à l'attention des médecins et des professionnels de la santé appropriés. Best Doctors, L'exactitude avant tout, InterConsultation et le logo de croix étoilée sont des marques de commerce ou des marques déposées de Best Doctors Inc. Utilisé avec permission.