

La "maladie" d'Alzheimer, une autre approche

Entretien avec Anne-Claude Juillerat Van der Linden, docteure en psychologie et chargée de cours à l'Université de Genève, neuropsychologue responsable de la consultation Vieillir et bien vivre à Cité Générations et Martial Van der Linden, professeur de psychopathologie et de neuropsychologie aux Universités de Genève et de Liège. Tous deux sont les auteurs du livre *Penser autrement le vieillissement*¹.

Quelle est la façon dont est actuellement perçue la maladie d'Alzheimer ?



L'approche biomédicale courante face à la démence, c'est-à-dire face aux maladies dont souffrent les personnes qui connaissent des troubles cognitifs, est qu'il existe une cause cérébrale précise que l'on appelle la "cascade amyloïde" qui amènerait une dégénérescence des cellules nerveuses. L'idée est donc qu'il faudrait trouver un médicament ou un vaccin qui détruirait ces protéines anormales et ainsi pouvoir guérir des maladies telles que la maladie d'Alzheimer.

Quelle est votre position par rapport à cette approche biomédicale classique ?

Pour nous, cette approche n'est pas la bonne. Le fait que, depuis des années et des années, des milliers d'études sont publiées sans que pour autant il y ait une quelconque avancée en est la preuve. Notre position est la suivante: la démence et en particulier la maladie d'Alzheimer est le résultat de toute une série de causes qui interviennent tout au long de la vie depuis l'enfance jusqu'à un âge avancé. Le développement de cette "maladie" va dépendre de nombreux facteurs comme par exemple des facteurs vasculaires, de l'hypertension, de l'existence d'un diabète, du tabagisme, de traumatismes crâniens, des dépressions, l'existence d'une enfance difficile, avoir été victime de stress violents, avoir pris pendant très longtemps des benzodiazépines, du manque d'activité physique... Il existe aussi des causes environnementales telles que les pesticides, les particules fines émises par les diesels... Ces facteurs sont en interaction les uns avec les autres et vont provoquer une multitude de réactions au sein du cerveau dont les effets vont pouvoir être constatés après le décès de la personne. Ce que l'on peut conclure de cette observation c'est qu'il ne s'agit pas d'une "maladie", mais d'un état multi déterminé qui provoque ce que l'on nomme à tort la maladie d'Alzheimer.

Le fait que ce ne soit pas une "maladie" mais un état, qu'est-ce que cela change ?

Cela change tout, car il est totalement illusoire de croire qu'un jour on pourra guérir de cette "maladie" grâce à un médicament particulier. Il y aura peut-être une série de substances ou de médicaments qui vont permettre de réduire l'impact de cet état, mais jamais un seul et unique médicament la préviendra ou la guérira. Plutôt que de consacrer des sommes astronomiques à mettre sur le marché des médicaments qui n'ont jusqu'à ce jour absolument aucune efficacité, on devrait consacrer une grande partie de cet argent à faire des programmes de prévention. Ces programmes, qui existent déjà dans certains pays nordiques ou en Australie par exemple, se concentrent sur des problèmes tels que l'hypertension, la dépression, l'activité physique, avec l'idée que si on parvient à réduire ces facteurs



de risque à un moment donné on réduira le nombre de personnes présentant une démence.

Cela veut-il dire qu'il n'y en aurait plus ?

Tout d'abord et à l'encontre de ce que disent les "prophètes de malheurs", le nombre de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer a connu un pic ces dernières années, mais a actuellement tendance à diminuer, comme si c'était surtout la cohorte des personnes qui ont connu la guerre qui était la plus touchée. D'autre part, il faut bien se dire que le cerveau vieillit comme les articulations et d'autres parties de notre corps, c'est inévitable. Donc plus nous allons vieillir et plus il y aura de gens qui auront de telles pathologies. La prévention va permettre de différer l'apparition des démences et d'en atténuer les effets. L'avantage d'une telle approche est qu'elle évite la stigmatisation. Actuellement avoir une maladie d'Alzheimer n'est pas loin de ce que pouvait être à une certaine époque avoir

une maladie sexuellement transmissible. Pour vous donner un exemple qui m'est très proche, mon père (ndlr: c'est Martial Van der Linden qui s'exprime ici) a développé dans les dernières années de sa vie des problèmes cognitifs: il ne se souvenait plus de rien, il mélangeait les choses. S'il avait été consulté, il est évident que les médecins lui auraient donné des médicaments pour soi-disant lutter contre cette maladie. Il est mort à 87 ans d'un cancer et je me souviens toujours de ce que ma mère m'a dit peu de temps avant son décès: «Ton papa ne va pas bien du tout, mais heureusement il n'a pas la maladie d'Alzheimer». La maladie d'Alzheimer est considérée comme une maladie honteuse

alors qu'en fait nous sommes tous, sans exception, à un âge ou un autre susceptibles de développer cette forme de démence.

Le problème c'est qu'il se développe tout autour de la maladie d'Alzheimer toute une série de diagnostics, comme ce que l'on appelle le trouble cognitif léger. Cette pathologie est une escroquerie intellectuelle incroyable. Quelqu'un qui a 64 ans, qui trouve qu'il a des "trous" de mémoire, qui ne se souvient plus très bien des noms ou des événements et qui se rend dans une "consultation mémoire" va y être soumis à toute une série de tests. Si cette personne est légèrement anxieuse parce qu'elle a la peur d'entendre un diagnostic catastrophique, le résultat de ces tests peut être légèrement en dessous de la moyenne. La conclusion immédiate de certains médecins ou psychologues est de dire qu'elle souffre de troubles cognitifs légers qui risquent de déboucher sur la maladie d'Alzheimer. Bien souvent on va leur donner des médicaments

(suite ci-contre)

PUBLICITÉ

Spinelli & Fils

maçonnerie - béton armé - gypserie - peinture - décoration

9, ch. du Pâquier
1231 Conches
T 022 347 20 22
info@spinelli-ge.ch
www.spinelli-ge.ch

dans ce sens en sachant pertinemment qu'ils n'ont aucun effet. Mais là ne s'arrête pas la perversité du système. Dans certains cas, il est procédé à un diagnostic préclinique, c'est-à-dire à des examens avant même que les symptômes ne se présentent. Il s'agit de ponctions lombaires pour déterminer s'il y a des traces d'amyloïde dans la moelle épinière, alors qu'il n'y a aucune étude qui permet de conclure avec fiabilité que si on trouve chez vous de l'amyloïde vous allez développer la maladie d'Alzheimer. Finalement, le patient repart avec un diagnostic stipulant qu'il pourra peut-être développer dans un avenir plus ou moins lointain une maladie d'Alzheimer. Et pour faire passer ce diagnostic catastrophe, on lui prescrit des antidépresseurs.



le pouvoir d'améliorer ou de péjorer, c'est quelque chose de très important. A partir de là, les gens vont essayer de modifier leur attitude en ayant par exemple une activité régulière. Ils ne sont plus uniquement passifs face aux événements, mais ils deviennent actifs et reprennent le dessus sur ce qui se passe. Le problème va être qu'il n'est pas toujours facile pour une personne âgée de reprendre une activité qu'elle soit physique ou intellectuelle, surtout si cette personne est seule. C'est dans ce cadre que nous avons développé à Lancy, une association nommée VIVA, destinée à développer des activités collectives, que ce soit dans le domaine physique ou artistique.

Comment procédez-vous avec des patients qui viennent consulter pour des troubles cognitifs ?

Dans la pratique, lorsque je reçois des patients qui souffrent de troubles cognitifs, je commence par leur expliquer ce qui durant leur vie a pu favoriser leur apparition. Cette approche leur permet de se considérer non pas comme des malades, mais plutôt comme des gens normaux qui ont bien vécu et dont le corps est en train de vieillir. Je pense qu'un élément fondamental est de leur permettre de se raconter une histoire différente plutôt qu'ils sont malades et atteints d'une maladie incurable. De surcroît, ce qui est intéressant dans cette approche, c'est de leur montrer que tout n'est pas désespéré, loin de là, et qu'il est encore temps, quel que soit leur âge, d'agir sur certains de ces facteurs. La réaction des gens qui sortent de mon cabinet, c'est de dire qu'ils ont reçu une explication à leur état et en plus, ils sont contents de ne pas avoir reçu ce diagnostic qui leur fait tellement peur. Sachant que les mots ont

Comment voyez-vous le futur dans ce domaine ?

Tout dépend des orientations qui vont être prises dans les années qui viennent. Si nous continuons dans la direction d'une médicalisation à outrance avec, comme c'est le cas actuellement, des médicaments aussi inutiles que coûteux, nous courons à la catastrophe. Par contre, si des programmes de prévention et d'intervention sont mis en place avec une approche plus humaniste, la problématique du vieillissement sera tout autre.

JEAN MICHEL JAKOBOWICZ

¹ Anne-Claude Juillerat Van der Linden et Martial Van der Linden, *Penser autrement le vieillissement*, Editions Mardaga, Bruxelles, 2014.

+ d'infos

www.association-viva.org • www.mythe-alzheimer.org

Dans le cadre des "Rencontres" des Rendez-vous des 55 et + :
Une autre approche du vieillissement et de la maladie d'Alzheimer, par Martial Van der Linden et Anne-Claude Juillerat Van der Linden, le **lundi 26 octobre de 11h30 à 13h30**, à la Salle des Peupliers, avenue de Thônex 37. Gratuit. Inscriptions obligatoires et informations sur le site www.thonex-seniors.ch. **Priorité aux habitants de Thônex.**

Les Rendez-vous des 55 ans et + :
 Jacqueline de Bay • T. 022 348 10 42 • rdv55etplus@gmail.com

PUBLICITÉ

CODHA
 COOPÉRATIVE DE L'HABITAT ASSOCIATIF

Arcades à louer
 Chêne-Bougeries - Rue J-J. Rigaud

dès juin 2017

Informations complémentaires sur : www.codha.ch

38m2 : Chf 945.-/mois - 117m2 : Chf 2'915.-/mois

bico
 OF SWITZERLAND

SEMAINES DE RÊVE
 1.10. au 21.11.2015

Profitez en ce moment de bons attractifs sur tout l'assortiment BICO.

Nous vous offrons pour un montant minimal d'achat de :

CHF 500.-	50.-
CHF 1000.-	100.-
CHF 1500.-	200.-
CHF 2000.-	250.-
CHF 3500.-	400.-
CHF 5000.-	600.-
CHF 7000.-	800.-
CHF 10000.-	1200.-

Non cumulable avec d'autres rabais.

Pour un sommeil sain et profond.®

AMBROSIO S.A.
 CHAUFFAGE TOUTES ÉNERGIES
 DÉTARTRAGE DE BOUILLEURS

Route de Jussy 2
 1225 Chêne-Bourg
info@ambrosio.ch

POMPES À CHALEUR Tél. 022 349 85 77
 PANNEAUX SOLAIRES Fax 022 349 46 28

meubles BARBEY
 Décoration Fils S.A.

Le Paradis Du Sommeil

95 - 97 rue de Genève, 1226 Thônex-Genève
www.meublesbarbey.ch