

Communiqué de presse

Madame Mutsch, ministre de la Santé : « Chaque démente que nous pouvons prévenir grâce au Programme Démence Prévention pdp est un succès ! »

Luxembourg, le 02/02/2018. Nous souhaitons tous vieillir en bonne santé : rester vif d'esprit et en bonne forme physique. Les statistiques montrent, d'ailleurs, que notre espérance de vie augmente. Plus nous vieillissons, plus le risque de développer une démente est important. « Réduire ce risque pour un maximum de gens, tel est l'objectif du Programme Démence Prévention (pdp) », déclare **la ministre de la Santé Lydia Mutsch à propos de la nouvelle approche du pdp au Luxembourg**. En 2017, des découvertes scientifiques majeures ont été publiées au sujet des possibilités et méthodes de prévention de la démente, des avancées plus que prometteuses pour l'essence même du Programme pdp : il est possible d'influencer et de réduire les facteurs de risque de la démente de manière ciblée. En collaboration avec le Luxembourg Centre for Systems Biomedicine (LCSB) de l'Université du Luxembourg, la ministre de la Santé luxembourgeoise a ainsi pris des mesures afin de réduire efficacement les risques de démente à l'aide du pdp.

pdp : prévenir la démente ou la retarder

Qui ne s'est jamais demandé, par moments, si son oubli était le fruit d'une simple baisse de concentration ou un fait anormal ? Pourquoi a-t-on des difficultés à soutenir une conversation avec plusieurs personnes à la fois ? Est-ce toujours considéré comme normal ou le cerveau témoigne-t-il d'une légère baisse des capacités cognitives, pouvant évoluer en démente ?

Pour les personnes souffrant de troubles cognitifs légers (en anglais : Mild Cognitive Impairment, MCI), l'espoir renaît : une commission internationale, composée d'experts renommés, a publié une évaluation de l'état de la recherche portant sur la démente. Il est possible de réduire le risque d'apparition de la démente ou tout du moins de la retarder. « Grâce à cette étude, nous connaissons désormais avec plus de précision les facteurs de risque importants qui favorisent l'apparition de la démente », déclare le Prof. Rejko Krüger du Luxembourg Centre for Systems Biomedicine (LCSB) de l'Université du Luxembourg. « Le surpoids, l'hypertension, la dépression, la déficience auditive ou un diabète mal équilibré, mais aussi le tabagisme, l'isolement sociale ou un manque d'exercice en font partie », déclare le Prof. Krüger. Le neurologue et professeur en neurosciences du LCSB coordonne avec son équipe le Programme Démence Prévention.

Les personnes susceptibles de présenter une légère diminution des performances cérébrales, et qui répondent à des facteurs de risque élevés, peuvent être orientées par leur médecin traitant vers le Programme Démence Prévention. Elles feront alors l'objet d'exams précis, pour déterminer leur profil cognitif, grâce à des tests de mémoire, d'attention et de langue spécifiques. Les neuropsychologues établissent également un profil de risque : Le patient a-t-il une bonne condition physique ? A-t-il une bonne ouïe ? Est-il en surpoids ? Ces questions, et de nombreuses autres, permettent d'établir un profil de risque individuel, basé sur le nombre et le type de facteurs de risque présentés.

Les facteurs de risques sont analysés afin de proposer, par la suite, des mesures concrètes : pour les personnes en manque d'activité physique, la solution peut-être, par exemple, de s'inscrire dans un centre de remise en forme. Si la personne doit perdre du poids, elle peut éventuellement suivre des cours de cuisine pour adopter un régime méditerranéen reconnu comme sain. Ce cours peut aussi permettre de pallier l'isolation sociale. D'autres encore pourront combattre leur MCI en soumettant leur mémoire à des exercices ciblés ou grâce à un appareillage auditif adapté.

Le pdp propose également de nombreuses possibilités pour mieux gérer les facteurs de risque de la démence : une collaboration intensive avec le médecin traitant fait partie intégrante du programme, comme le souligne le Prof. Krüger : « Nous informons le médecin du type et de l'ampleur des risques de démence que nous avons constatés chez leurs patients. Les médecins peuvent ensuite mettre en place un traitement, par exemple contre le diabète ou une tension trop élevée, en fonction des résultats obtenus par les tests sur les facteurs de risque. Cette approche collaborative est la seule qui permette de développer un programme de prévention personnalisé et efficace », déclare le Prof. Krüger.

Les experts du pdp ne sont pas seulement en contact avec les médecins traitants mais également avec leurs partenaires, tels que des prestataires de service. Leur retour est important quant à l'acceptation du programme pdp. Le contact direct permet également à l'équipe du pdp d'encourager les participants à adopter les mesures conseillées pour réduire les risques de démence : « L'activité physique et l'endurance aident à retrouver une bonne santé mentale », indique le Prof. Krüger. La ministre de la Santé Lydia Mutsch en est certaine : « Avec le programme pdp, nous pouvons désormais proposer des actions scientifiquement reconnues de prévention de la démence à des personnes à risque. Chaque démence que nous prévenons grâce au pdp est un formidable succès ! »

Communiqué par le ministère de la Santé et l'Université du Luxembourg