

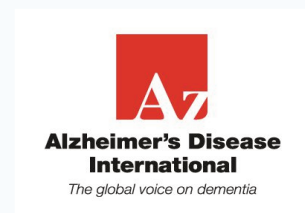
- 8. Obésité
- 9. Hypertension
- 10. Diabète
- 11. Dépression
- 12. Troubles auditifs

Reduction des risques et facteurs de risque

- La recherche suggère que jusqu'à 40 % des cas de maladie d'Alzheimer ou de maladies apparentées peuvent être évités et qu'en apportant des changements dans 12 domaines clés, de nombreux cas pourraient être retardés ou évités.
- Il n'est jamais trop tôt ni trop tard pour que les individus soient proactifs et prennent des mesures pour réduire leur risque de développer la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée.
- La pratique de la réduction des risques après le diagnostic peut continuer à être bénéfique pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée, en améliorant leur bien-être et en leur permettant d'entretenir des liens indispensables avec les autres.
- La prévention et la réduction des risques, y compris la sensibilisation à son importance, devrait être pratiquée à tous les stades de la vie d'une personne.
- Des contrôles réguliers de l'audition,

l'accès à des prothèses auditives et leur utilisation si nécessaire sont des facteurs importants de réduction des risques

- Éviter les traumatismes crâniens graves et faire du sport dès le plus jeune âge est un facteur de protection.
- L'amélioration du sommeil et le maintien d'un mode de vie sain sont bénéfiques pour la santé du cerveau et le bien-être général.
- Alors que les taux de maladie d'Alzheimer et de maladies apparentées augmentent dans les pays à revenu faible et intermédiaires, les efforts de sensibilisation à la réduction des risques et aux mesures préventives générales peuvent avoir un impact significatif sur le ralentissement des taux de prévalence.
- Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de maladies apparentées ont besoin d'une prise en charge globale, qui tient compte de leur santé physique et mentale et de leurs besoins sociaux.



Association Alzheimer & Dementia



“Jamais trop tôt,

Jamais trop tard”

12 facteurs de risque de Démence

Contactez-nous : Centre Jean Vaulbert de
Chantilly, Old Moka Road, Belle Rose,
Quatre Bornes
Tel: (+230) 466 0731
Hotline: 800 1111
Courriel: associationalzheimer@intnet.mu
Site: alzheimer-mauritius.com

Messages clés

- La maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées ne sont pas un phénomène normal du vieillissement.
- Les plans nationaux de démence sont le meilleur outil dont disposent les gouvernements pour s'attaquer à cette maladie.
- Il est prouvé que lorsque les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée et leurs aidants sont bien préparés et soutenus, le choc de l'annonce du diagnostic, la colère et le désespoir ressentis sont compensés par un sentiment de confiance retrouvée et de responsabilisation.
- Outre les traitements symptomatiques et le soutien médical, le soutien médico-social, (notamment l'adaptation du logement, la pratique d'activités psycho-sociales, les séances de réminiscence, l'accès au répit..) est essentiel pour favoriser l'autonomie des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée, et de leurs aidants

Incidence

- Alors que des traitements modificateurs de maladies et des avancées diagnostiques apparaissent, la plupart des systèmes de santé sont mal équipés

pour soutenir le diagnostic et l'accès aux médicaments.

- Les plans nationaux de démence sont le meilleur outil dont disposent les gouvernements pour apporter une réponse solide à la maladie d'Alzheimer et aux maladies apparentées dans leur pays. La sensibilisation est l'un des sept domaines d'action clés du plan.

Statistiques

- ▲ Plus de 55 millions de personnes sont atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée dans le monde.
- ▲ Toutes les trois secondes quelqu'un dans le monde développe la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée.
- ▲ Le nombre de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée devrait augmenter fortement pour atteindre 139 millions d'ici à 2050
- ▲ La maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées sont la 7ème cause principale de décès.
- ▲ Le fardeau économique de la maladie d'Alzheimer et des maladies apparentées s'élève à 1,3 milliard de dollars US par an, un chiffre qui fera plus que doubler d'ici 2030.
- ▲ Près de 62% des professionnels de la santé dans le monde pensent à tort que

- ▲ la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées s'apparentent à un phénomène normal du vieillissement.
- ▲ Près de 80% du grand public s'inquiète de développer la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée à un moment donné et 1 personne sur 4 pense qu'il n'y a rien à faire pour prévenir cette maladie.
- ▲ Plus de 50% des aidants du monde ont déclaré que leur santé s'était détériorée du fait de leurs responsabilités, tout en exprimant des sentiments positifs sur leur rôle.
- ▲ Les femmes fournissent une proportion substantielle des soins informels aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée, environ deux tiers des aidants principaux étant globalement des femmes.
- ▲ 90% des soins aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée sont prodigués à domicile.

12 facteurs de risque de Démence

1. Sédentarité
2. Tabagisme
3. Consommation excessive d'alcool
4. Pollution de l'air
5. Blessures à la tête
6. Isolement social
7. Manque d'éducation