

Je soupçonne un trouble de mémoire

Le site du Docteur Philippe VAN WINKELBERG

Adresse du site : www.docvadis.fr/philippe-vanwinkelberg



Validé par
le Comité Scientifique Autre

La mémoire est un processus complexe qui met en jeu nombre de structures cérébrales. Le vieillissement, la maladie ou un traumatisme peuvent endommager son fonctionnement.

Le fait d'oublier est-il normal ?

L'oubli est un processus normal de tri des informations. Les éléments inutiles n'ont pas besoin d'être conservés. Il arrive également que le processus s'enraye sous l'effet d'un phénomène ponctuel. C'est le trou de mémoire. Il s'agit d'un état de confusion qui peut être provoqué par le manque de sommeil, le surmenage ou par la prise excessive d'alcool, de substances toxiques (drogues) ou de certains médicaments. En revanche, lorsque l'oubli est sélectif (période précise) ou qu'il porte sur une acquisition (langage), il peut s'agir d'un trouble neurologique. Les troubles diffèrent en fonction de la zone du cerveau endommagée.

Quels sont les symptômes de ces troubles de mémoire liés à un désordre neurologique ?

- **Amnésie rétrograde.** Elle se manifeste par une incapacité à se remémorer des faits anciens, tandis que les souvenirs récents sont intacts. Exemple : la personne ne peut pas se rappeler le nom de l'animal de compagnie qu'elle avait étant enfant ou l'adresse de son premier appartement, mais elle connaît la date du jour.
- **Amnésie antérograde.** Les faits récents ne sont plus fixés dans la mémoire, seuls demeurent les souvenirs anciens. Exemple : la personne est incapable de se souvenir d'un film qu'elle vient de voir. En revanche, elle peut indiquer sa date de naissance.
- **Amnésie lacunaire.** La perte de mémoire porte sur une période ponctuelle. Exemple : la personne a oublié quelques minutes, quelques heures ou quelques jours. Mais elle se souvient des périodes précédentes, et de nouveaux faits sont stockés dans sa mémoire.

- Amnésie sélective. Elle se manifeste par des perturbations du langage avec des pertes de vocabulaire. Exemple : la personne ne connaît plus le sens d'un mot ordinaire comme cafetière.

Ces phénomènes peuvent faire suite à un choc physique (accident, évanouissement), à un choc psychologique ou encore à une maladie(alcoolisme chronique).

Quels sont les troubles de mémoire liés à l'âge ?

- L'ictus amnésique. Il s'agit d'une perte de mémoire brutale portant sur le lieu, la date. Ce trouble ne dure que quelques heures et disparaît aussi brutalement qu'il est venu sans laisser de séquelles. Exemple : la personne est désorientée et pose plusieurs fois les mêmes questions. Puis le trouble passe et la personne retrouve tous ses moyens.
- La maladie d'Alzheimer. Peu à peu, une amnésie progressive s'installe et les souvenirs les plus récents s'effacent, tandis que les plus anciens sont généralement les mieux conservés. Un état d'anxiété apparaît, voire un état dépressif.

Ces troubles de la mémoire ont un retentissement sur les activités de la vie quotidienne et l'autonomie.

Pour limiter les trous de mémoire, préservez votre sommeil, limitez les médicaments, évitez le stress et le surmenage. L'oubli devient problématique lorsqu'il n'est plus conscient ou qu'il fait suite à un choc. Il est nécessaire de consulter un médecin rapidement. Si l'un de vos proches a des pertes de mémoire, contactez son médecin afin de pouvoir faire un bilan lors d'une prochaine consultation. C'est souvent l'entourage qui peut détecter les premiers signes de la maladie d'Alzheimer.