

# La maladie de Parkinson

## Les points clés

### > LES SYMPTÔMES

#### > Les mains et avant bras tremblent au repos

Ce tremblement prédomine d'un côté.

#### > Les mouvements sont lents, rares et difficiles à initier

L'écriture devient petite; le visage est figé; la marche s'effectue à petits pas avec une diminution du ballant d'un ou des bras.

#### > Les articulations sont raides par augmentation du tonus musculaire

Les avant-bras sont en flexion et difficiles à déplier; les jambes sont tendues.

#### > Les mouvements rapides et répétés sont difficiles à effectuer.

#### > Une perte des envies, de la motivation.



### > L'EVOLUTION SPONTANEE

En règle générale, la maladie évolue selon 3 phases :

#### > La lune de miel

Elle dure quelques années. Le traitement est très efficace et la gêne est peu importante.

#### > Les fluctuations

Elles sont fréquentes après 10 ans d'évolution. Il y a des phases « off » où les mouvements sont difficiles et des phases « on » où les mouvements sont faciles mais trop nombreux ou difficiles à contrôler.

#### > La phase avancée

Elle correspond à l'apparition de pertes d'équilibre; de chutes de tension lors du lever; de troubles de la parole et de la concentration; de troubles de la déglutition et du transit (constipation); de fuites urinaires; d'une hypersalivation ou transpiration.

L'évolution lente peut entraîner peu à peu une perte d'autonomie dans les gestes quotidiens, de l'anxiété et une dépression.

## La prise en charge

### > LE TRAITEMENT

Le traitement combat les symptômes de la maladie et réduit la gêne.

### > LES MEDICAMENTS

Plusieurs médicaments permettent d'améliorer les symptômes. La plupart visent à remplacer la dopamine manquante.

Dans tous les cas, l'essentiel est de les prendre à heure fixe et régulière.

Certains ont des effets secondaires importants: il faut se méfier des troubles psychiques (si vous vous sentez « trop bien », parlez-en à votre médecin).

### > LA CHIRURGIE

Dans certains cas et en l'absence d'efficacité des médicaments, une chirurgie peut être envisagée. Elle améliore certains symptômes (ex : contrôle des mouvements) mais comporte des risques et des effets indésirables.



## Les mesures associées

#### > Contre l'appauvrissement des mouvements, maintenez votre corps actif :

- Marche quotidienne, gymnastique douce, danse (ex: Tango)
- Kinésithérapie
- Orthophonie.

**NB: éviter la musculation qui augmente la raideur.**

#### > Contre le stress, l'anxiété et la dépression : la relaxation

#### > Contre les difficultés au quotidien

- Ergothérapie : pour adapter l'environnement à vos besoins
- Passage d'aides ménagères
- Infirmières à domicile
- Livraisons des repas par la commune etc.

#### > Préparer votre avenir avec votre médecin et une assistante sociale

### > LE SUIVI MEDICAL

Il doit être régulier (plusieurs fois par an) pour adapter le traitement à l'évolution de la maladie. Il est assuré à la fois par le médecin traitant et un neurologue. Certains médicaments nécessitent des prises de sang régulières.



**Consultez vite si vous vous sentez trop bien, en cas d'achat compulsif, d'insomnie soudaine, d'augmentation de la libido.**

**Rédaction** : Dr MSustersic, 2009. **Relecteurs** : EGiraud, PPollak, 2009. **Mise à jour, adaptation** : Comité de lecture de la SSMG, Dr MSustersic. **Sources** : Cochrane Systematic Reviews Issue 2:2008; www.ebmpraticenet.be consulté en décembre 2018. **Contact** : melaniesustersic@yahoo.fr. **Illustration** : ORoux. **Associations de patients** : www.parkinsonasbl.be; www.franceparkinson.fr