

# L'apathie et la maladie de Parkinson

Les personnes atteintes de la maladie de Parkinson ressentent souvent de l'apathie ou un manque de motivation. Environ 50 % d'entre elles sont affectées d'une apathie attribuable au mauvais fonctionnement des réseaux cérébraux responsables de l'humeur et du raisonnement.

## Introduction

L'apathie est plus fréquente chez les hommes que chez les femmes et contribue à une aggravation de leur condition. Cela signifie que les parkinsoniens qui souffrent d'apathie ont tendance à avoir plus de problèmes liés à la maladie de Parkinson. On relève également des cas d'apathie à la suite d'une intervention chirurgicale appelée stimulation profonde du cerveau, mais on n'en comprend pas tout à fait la raison.

Les personnes apathiques sont généralement moins intéressées à participer aux activités permettant de maintenir leur niveau de fonctionnement. Cette situation est extrêmement décourageante pour la famille et les proches aidants. Il a été démontré que l'apathie ressentie par l'aidé intensifie le stress vécu par l'aidant.

Il importe que les personnes atteintes et leurs proches aidants comprennent mieux le lien entre l'apathie et la maladie de Parkinson. Cette information offre une vue d'ensemble sur les différences entre l'apathie et les autres symptômes parkinsoniens et propose des suggestions pour prendre soin de soi et surmonter la maladie.

## Quels sont les symptômes de l'apathie?

L'apathie provoque des changements de comportement, notamment, mais sans s'y limiter :

- un manque d'intérêt et de curiosité envers les gens et les activités;
- une réduction des interactions spontanées avec les gens ou les animaux de compagnie, y compris démontrer moins d'affection;
- un manque de motivation et une diminution à entreprendre une activité;
- une absence totale de réaction affective (incapacité à exprimer une émotion) ou une indifférence émotionnelle;
- des changements d'humeur et de raisonnement; de la difficulté à participer à des situations exigeantes sur le plan cognitif;
- une attitude peu ou pas du tout orientée vers un but.

## Apathie et dépression

Une personne souffrant d'apathie peut présenter des symptômes s'apparentant à ceux de la dépression, comme un manque d'énergie et d'intérêt. L'apathie et la dépression sont des troubles distincts et peuvent être présents simultanément. Les symptômes de la dépression diffèrent cependant de ceux de l'apathie. Les personnes dépressives éprouvent de la tristesse, du désespoir, de l'irritabilité, de l'anxiété et des pensées suicidaires; ces sentiments ne sont pas typiques de l'apathie.

## Apathie et fatigue

La fatigue est un symptôme extrêmement fréquent chez les personnes atteintes de la maladie de Parkinson. Elle présente beaucoup de similitudes avec l'apathie, comme un manque d'énergie, d'intérêt et de motivation. La bradykinésie (lenteur des mouvements), la dyskinésie et les périodes « on/off » peuvent être imprévisibles et épuisantes. Une meilleure gestion de la médication antiparkinsonienne offre un soulagement de ces symptômes moteurs et réduit donc la fatigue. Si une meilleure gestion de la médication antiparkinsonienne ne permet pas d'améliorer le manque d'énergie, d'intérêt et de motivation, ces symptômes peuvent alors être ceux d'une apathie.

## Apathie et symptômes moteurs de la maladie de Parkinson

Il est fréquent de remarquer chez les personnes atteintes une expression figée du visage donnant l'impression qu'elles sont tristes ou désintéressées, alors qu'elles ne le sont pas. Le « masque Parkinson » est souvent mal interprété par les proches et le personnel médical parce que la personne semble apathique.

Ce problème se distingue également par une voix faible caractéristique de la maladie de Parkinson. L'absence d'expression faciale et une voix faible peuvent amener l'entourage de la personne malade à présumer, à tort, que celle-ci est apathique ou dépressive. Il peut arriver que la personne ne soit pas apathique, mais qu'elle ait plutôt de la difficulté à s'exprimer.

## Alors, que pouvons-nous faire ?

Parlez à votre médecin dès que des symptômes d'apathie apparaissent, puisqu'il est important d'en trouver les causes pour comprendre votre état.

## Stratégies personnelles pour contrer l'apathie

Voici certaines choses que vous pouvez faire pour identifier et faire face à l'apathie :

- **Activité** : L'activité physique et l'exercice sont importants pour améliorer les niveaux d'énergie et ils favorisent l'interaction sociale. Un calendrier préarrangé d'exercice impliquant d'autres personnes peut être utile.
- **Soutien** : Participer à un groupe de soutien pour les personnes atteintes de Parkinson et pour les proches aidants.

## Parlez-en avec votre médecin

N'hésitez pas à en parler, aussitôt que les symptômes d'apathie apparaissent et immédiatement après avoir été diagnostiqué. Les personnes avec une attitude positive et qui se préoccupent de leur état de santé ont plus de facilité à vivre avec la maladie et à mieux vivre en général. **Veillez à faire évaluer régulièrement les causes possibles de l'apathie, ce qui inclut :**

- **le dépistage de la dépression :** discutez des causes et du traitement de la dépression et de tout autre problème de santé;
- **l'identification des causes de la fatigue :** examinez les causes de la fatigue et discutez du traitement;
- **le point sur les médicaments :** assurez-vous que les médicaments sont efficaces et vous procurent le meilleur soulagement possible des symptômes.

## Répercussions sur les proches aidants

L'apathie ressentie par la personne atteinte de la maladie de Parkinson est un symptôme qui entraîne des réactions négatives surtout auprès des proches aidants. Ceux-ci ont l'impression de faire davantage d'effort que la personne qu'ils tentent d'aider et en éprouvent beaucoup de frustrations. Sans bien comprendre les symptômes de l'apathie, un proche aidant pourrait croire que la personne devient paresseuse, provoquante, blasée, difficile à motiver et réticente à s'aider elle-même. L'augmentation du niveau de stress des proches aidants et leur sentiment d'impuissance peuvent à la longue nuire à la relation entretenue avec la personne aidée.

L'apathie d'une personne atteinte de la maladie de Parkinson affecte tous les membres de la famille. Elle peut être une source de stress, mais également une occasion d'enrichir les relations familiales et de resserrer les liens.

## Stratégies personnelles pour contrer l'apathie

Conseils pratiques pour identifier et tolérer l'apathie :

- ***Demandez :*** Informez-vous auprès de la personne au sujet de sa santé. Ce qui peut sembler être de l'apathie peut être le symptôme d'une autre maladie qui bénéficierait d'une attention médicale, ou l'apathie pourrait être liée à la maladie de Parkinson.
- ***Faites preuve de patience :*** Après avoir gentiment encouragé une personne souffrant d'apathie à prendre part à une activité, cette dernière pourrait avouer après coup qu'elle est heureuse d'y avoir participé. Commencer une nouvelle activité c'est toujours la partie la plus difficile!

Le contenu de ce document est présenté à titre informatif seulement et ne représente pas un conseil, une approbation ou une recommandation à l'égard de produits, de services ou d'entreprises, ni une déclaration ou description des caractéristiques à leur sujet de la part de Parkinson Canada.

© Parkinson Canada 2018