

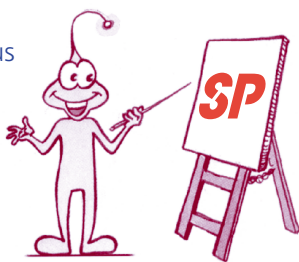


Société canadienne
de la sclérose en plaques

RENSEIGNEMENTS

à l'intention
des personnes
venant de recevoir
un diagnostic
de sclérose en plaques

Vous venez d'apprendre que vous avez la sclérose en plaques (SP), vous êtes bouleversé(e) et vous vous sentez impuissant(e), c'est normal. Mais sachez que vous n'êtes pas seul(e). En



effet, à l'âge adulte, la probabilité d'avoir cette maladie se situe entre 1 sur 500 et 1 sur 1000 au Canada. Au cours des dernières années, nous avons beaucoup appris sur la SP et, heureusement, la recherche se poursuit afin d'approfondir encore davantage nos connaissances sur cette maladie et de trouver de nouveaux traitements.

Qu'est-ce que la sclérose en plaques ?

- La sclérose en plaques est une maladie du système nerveux central (cerveau et moelle épinière).
- Le cerveau ressemble à un ordinateur : il envoie des messages aux différentes parties du corps en passant par la moelle épinière. Celle-ci est comparable à un fil conducteur relié au cerveau. Les messages partent du cerveau, descendent le long de la moelle épinière et se transmettent par les nerfs à tous les muscles.
- Lorsqu'une personne a la SP, l'enveloppe (myéline) qui protège les nerfs du cerveau et de la moelle épinière est lésée (plaque) et le message est ralenti ou ne se rend pas toujours à destination.
- De plus, lorsque du tissu cicatriciel (sclérose) se forme sur les lésions, les messages s'embrouillent encore davantage : le cerveau peut ordonner au bras de saluer, mais il se peut que son message ne soit pas clair ou qu'il n'atteigne jamais son but.



Causes

Les causes de la SP demeurent inconnues. Mais on sait que :

- ce n'est pas une maladie mentale ;
- ce n'est pas contagieux ;
- et ce n'est pas une maladie héréditaire. La recherche montre toutefois qu'on peut avoir une prédisposition génétique à la sclérose en plaques.

Symptômes

Les symptômes varient beaucoup d'une personne à l'autre et d'un moment à l'autre chez la même personne. Ils sont plus ou moins graves et durent plus ou moins longtemps. Ceux-ci peuvent comprendre, entre autres :

- des engourdissements ou des picotements ;
- des troubles visuels ou des difficultés d'élocution ;
- une mauvaise coordination ou des troubles de l'équilibre ;
- une incontinence urinaire ou anale ;
- de la faiblesse ou la paralysie de n'importe quelle partie du corps ;
- une fatigue extrême et inhabituelle.

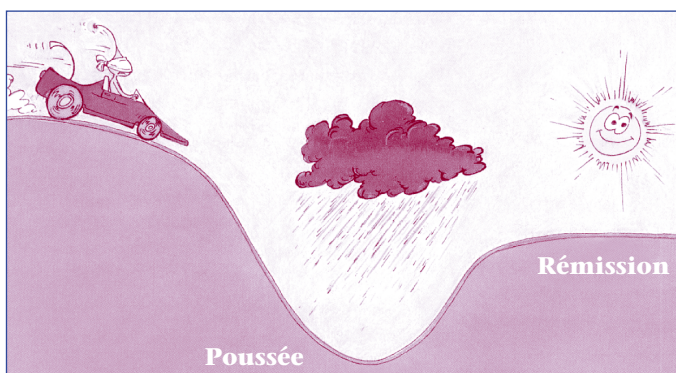
N'oubliez pas que la plupart des personnes atteintes de sclérose en plaques ne présentent pas tous ces symptômes. Chaque cas est unique et imprévisible. Consultez votre médecin si vous avez des questions au sujet de vos symptômes ou si de nouveaux symptômes apparaissent.

Formes

Au moment du diagnostic, il est impossible de prédire l'évolution de la maladie. Les chercheurs et les médecins identifient quatre formes principales de sclérose en plaques.

- La forme cyclique (poussées-rémissions), la plus fréquente au moment du diagnostic, est caractérisée par des poussées, suivies de rémissions complètes ou partielles et de périodes exemptes de symptômes.
- La forme progressive secondaire est précédée d'une forme cyclique qui se transforme en une aggravation continue des symptômes et des incapacités.
- La forme progressive primaire se caractérise par une aggravation continue de la maladie, dès le début, généralement sans rémission ni stabilisation. Cependant, certaines personnes peuvent voir leur état s'améliorer légèrement pendant un certain temps.
- La forme progressive récurrente provoque des poussées aiguës dès le début de la maladie, qui laissent des séquelles importantes. La progression est lente et constante.

Oui, la sclérose en plaques peut être sévère, mais il faut toujours se rappeler que la plupart des personnes atteintes de cette maladie réussissent à mener une vie active.



Évolution

Un diagnostic de SP peut susciter de nombreuses émotions : choc, déni, peur, frustration, colère, désespoir, culpabilité.

Plus vous en saurez sur cette maladie, mieux vous pourrez y faire face.

En parler, tout simplement, peut vous aider à traverser cette période difficile.

Votre médecin ou neurologue peut diagnostiquer la maladie, mais ne peut faire de pronostic. En d'autres termes, il ne peut prévoir le cours que prendra la maladie.

Les premiers symptômes sont habituellement légers et peuvent disparaître d'eux-mêmes. Mais, avec le temps, il est possible qu'ils se multiplient et s'aggravent.

L'évolution habituelle est caractérisée par des périodes **(24 heures ou plus)** où les symptômes sont marqués, suivies de périodes où les symptômes s'atténuent ou disparaissent pendant des semaines, des mois, voire des années.

L'image de la SP est négative. En réalité, 70 pour 100 des personnes atteintes de cette maladie n'utiliseront jamais un fauteuil roulant de façon permanente.

Traitements

Il n'existe pas encore de traitement spécifique de la SP. Plusieurs médicaments peuvent cependant diminuer la fréquence ou l'intensité des poussées. Consultez votre médecin pour en savoir plus long sur les médicaments et les traitements disponibles. Faites de l'exercice, adoptez un bon régime alimentaire et apprenez à gérer votre stress. N'oubliez pas que tous vos problèmes de santé ne seront pas causés par la SP.

Recherche

Les chercheurs tentent de trouver des moyens de soulager les symptômes de la SP et de contrer l'évolution de la maladie.

Une recherche intensive est effectuée, entre autres, dans les domaines suivants :

- la régénération de la myéline
- la génétique
- le système immunitaire
- l'imagerie par résonance magnétique (IRM)
- la virologie



Ressources

Toute la famille peut apprendre à composer avec la SP. La Société canadienne de la sclérose en plaques offre de l'information, du soutien, des conseils, des ateliers éducatifs, de l'équipement, des groupes d'entraide, des activités sociales et récréatives, etc. Elle peut vous apporter une aide précieuse.

La Société canadienne de la sclérose en plaques est là pour vous aider

La Société canadienne de la SP est un organisme bénévole national fondé en 1948. Elle s'est donnée pour mission de :

- I. demeurer un chef de file dans la recherche sur le remède de la sclérose en plaques et
- II. de permettre aux personnes aux prises avec cette maladie d'améliorer leur qualité de vie.

Pour ce faire, elle se sert des dons du public pour soutenir :

- la recherche et les cliniques de SP du Canada
- les services aux personnes aux prises avec la SP
- les campagnes de sensibilisation du public
- l'action sociale.

La Société de la SP verse environ 20 pour 100 de ses revenus à l'administration et aux collectes de fonds.

N'oubliez pas...

Nombre de personnes qui viennent d'apprendre leur diagnostic craignent pour leur avenir. Il faut bien se rappeler, toutefois, que la plupart des personnes atteintes de sclérose en plaques ne présentent aucun symptôme, de nombreuses années après le diagnostic. Vous vous sentirez mieux après avoir parlé de vos inquiétudes à votre médecin, un autre professionnel de la santé ou un représentant de la Société canadienne de la SP.

Même si la sclérose en plaques est parfois pénible, elle ne doit pas prendre le dessus sur vos activités quotidiennes ni vous empêcher de vivre votre vie.

Comment joindre la Société canadienne de la sclérose en plaques

Division de l'Atlantique

71, av. Ilsley, unité 12
Dartmouth NS
B3B 1L5
(902) 468-8230

Division du Québec

666, rue Sherbrooke ouest
Bureau 1500
Montréal QC
H3A 1E7
(514) 849-7591

Division de l'Ontario

250, rue Bloor est
Bureau 1000
Toronto ON
M4W 3P9
(416) 922-6065

Division du Manitoba

141, av. Bannatyne
Bureau 400
Winnipeg MB
R3B OR3
(204) 943-9595

Division de la Saskatchewan

150, rue Albert
Regina SK
S4R 2N2
(306) 522-5600

Division de l'Alberta

10104, 79^e Rue
Edmonton AB
T5B 1T1
(403) 463-1190

Division de la Colombie-Britannique

1130, rue Pender ouest,
16^e étage
Vancouver BC
V6E 4A4
(604) 689-3144

Bureau national

250, rue Bloor est,
Bureau 1000
Toronto ON
M4W 3P9
(416) 922-6065
Site web :
<http://www.scleroseenplaques.ca>

Illustrations : François Kiraly

La réalisation de ce dépliant a été rendue
possible grâce à un don inconditionnel de
BERLEX CANADA INC.

La Société canadienne de la sclérose en plaques est un organisme
bénévole indépendant, voué à la promotion de la santé. Elle ne
recommande aucun produit ou traitement particulier, mais renseigne
les gens afin de les aider à prendre des décisions éclairées.

Veillez lire l'avis suivant sur le droit d'auteur concernant la présente publication et les autres publications offertes sur le site Web de la Société canadienne de la SP

Droit d'auteur

Le présent site Web contient des documents sur la sclérose en plaques (soit des renseignements sur des produits, des articles, des publications et des informations générales), des photos, des icônes et d'autres éléments graphiques pour lesquels la Société canadienne de la sclérose en plaques et ses fournisseurs d'information détiennent un droit d'auteur. Les renseignements suivants ne s'appliquent qu'au matériel de la Société de la SP. Avant de reproduire des documents et éléments graphiques de fournisseurs d'information externes, veuillez en demander l'autorisation aux détenteurs des droits d'auteur concernés.

Vous pouvez visualiser, reproduire, télécharger et imprimer les informations offertes sur le présent site, pour lesquelles la Société détient un droit d'auteur, aux conditions suivantes :

1. les documents doivent servir uniquement à des fins éducatives et personnelles, mais non commerciales – ils ne peuvent être postés ni distribués ;
2. les documents ne doivent pas être modifiés ;
3. toute mention du droit d'auteur ou d'un autre droit de propriété doit être conservée dans les documents reproduits.

Cette permission ne s'applique pas au matériel fourni par des tiers.

Vous ne pouvez reproduire ni redistribuer le concept ou l'architecture de ce site Web, ni les éléments graphiques ni les logos, sans autorisation écrite de la Société de la SP.

Toute reproduction ou redistribution du matériel à des fins commerciales est formellement interdite sauf avec la permission écrite de la Société de la SP.