

Les troubles de la mémoire sont fréquents lorsque l'âge avance mais **il ne sont pas toujours pathologiques**. Ils ne sont souvent que la conséquence de défauts d'attention et peuvent être favorisés par certains médicaments (notamment les "tranquillisants") ou par une tendance dépressive. Dans certains cas, toutefois, le problème est plus sérieux et peut correspondre à un début de

conduire à pratiquer des tests afin de savoir s'il s'agit d'un trouble banal ou d'une vraie anomalie pathologique nécessitant une prise en charge spécialisée.

Evaluation simple de la mémoire

Le plus simple de ces tests est le **MMSE** qui comporte une série de questions et de consignes réparties en

deux sections : la première fait appel à des réponses verbales uniquement et concerne l'orientation et l'attention, la seconde apprécie l'aptitude à dénommer les objets, à exécuter une consigne verbale ou écrite, à écrire spontanément une phrase et à recopier une figure géométrique.

Dans le onzième numéro de KALON le Docteur LIEBOT nous a expliqué comment fonctionne la mémoire. Dans ce seizième numéro, nous vous proposons un moyen simple de repérer chez un de vos proches une éventuelle anomalie pouvant justifier une consultation spécialisée. Ce test, appelé « MMSE » (*Mini-Mental State Examination*) est un outil très pratique d'évaluation de l'état cognitif. Il est recommandé de l'utiliser même chez des personnes a priori « normales » mais ayant plus de 75 ans et présentant une pathologie vasculaire comme une hypertension artérielle. C'est un outil d'évaluation mais aussi de suivi évolutif (appréciation de l'aggravation ou de la stabilité du trouble).

1 point est attribué à chaque tâche réussie. Le score global varie entre 0 et 30.

D'une manière générale Un score inférieur à 24 fait suspecter un trouble pathologique de la mémoire et justifie la réalisation d'un bilan spécialisé (A Douarnenez : "consultation mémoire" Centre Hospitalier de Douarnenez : 02 98 75 15 62).

maladie d'Alzheimer (ou à une autre démence par exemple d'origine vasculaire).

Certains signes en particulier doivent alerter :

- . l'oubli du nom de ses proches
- . l'incapacité à utiliser un instrument de la vie courante (le téléphone, la machine à laver...)
- . la difficulté à s'orienter dans des lieux familiers
- . l'oubli des médicaments quotidiens
- . l'incapacité à rédiger un chèque ...

Ces troubles du comportement, qui sont plus que de simples "trous de mémoire" doivent

. Attention toutefois : le score doit être nuancé en fonction du niveau socio-culturel du sujet; on peut considérer que les fonctions cognitives sont altérées si le score est inférieur à :

- . **19** pour les personnes ayant bénéficié de 0 à 4 ans de scolarité
- . **23** pour 5 à 8 ans de scolarité
- . **27** pour 9 à 12 ans de scolarité
- . **29** pour les personnes ayant le baccalauréat.

Si un de vos proches vous inquiète faites lui passer ce petit test (**qui ne convient pas pour se tester soi-même**); faites le dans le calme, sans le bousculer en lui donnant un temps suffisant pour les réponses

Compter 1 point pour chaque bonne réponse

Orientation :

- 1 – en quelle année sommes nous ?
- 2 – en quelle saison ?
- 3 – en quel mois ?
- 4 – quel jour du mois ?
- 5 – quel jour de la semaine ?
- 6 – quel est le nom de la rue dans laquelle se trouve la maison où nous sommes ?
- 7 – dans quelle ville ?
- 8 – dans quel département ?
- 9 – dans quelle région ?
- 10 – à quel étage sommes nous ici ?

Apprentissage :

Je vais vous dire 3 mots ; je voudrais que vous les répétiez après moi et que vous essayiez de les retenir car je vous les redemanderai tout à l'heure

- 11 – cigare
- 12 – fleur
- 13 – porte

répétez les 3 mots (1 point par mot bien répété)

N.B. : les 3 mots doivent être donnés groupés (1 par seconde) ; accorder 20 secondes pour la réponse ; si le sujet ne répète pas les 3 mots au premier essai, les redonner jusqu'à ce qu'ils soient répétés correctement dans la limite de 6 essais (en effet l'épreuve de rappel des mots de peut être correctement réalisée que si le sujet a enregistré les 3 mots) mais attention seuls les mots répétés correctement au premier essai donnent droit à 1 point

Attention et calcul :

Voulez-vous compter à partir de 100 en retirant 7 à chaque fois (5 opérations)

- 14 – $100 - 7$? réponse : 93
- 15 – réponse : 86
- 16 – réponse : 79
- 17 – réponse : 72
- 18 – réponse : 65

Attention : on accorde 1 point par soustraction exacte ; si le sujet se trompe de résultat (exemple 92 au lieu de 93) il ne marque pas de point pour cette opération mais si l'opération suivante est réussie en partant de ce résultat erroné ($92 - 7 = 85$) un point sera accordé pour cette seconde opération car la soustraction est exacte.

Si au cours du test le sujet demande « combien faut-il retirer ? » il faut simplement lui dire de « continuer comme avant » sans lui redonner la consigne initiale. Si le sujet ne peut pas ou ne veut pas réaliser ce test de calcul on lui proposera d'épeler le mot MONDE à l'envers (en commençant, donc, par la dernière lettre) et on comptera 1 point par lettre correctement inversée

Rappel :

Pouvez-vous me dire quels étaient les 3 mots que je vous ai demandé de répéter et de retenir tout à l'heure ?

- 19 – cigare
- 20 – fleur
- 21 – porte

Langage :

22 – montrer un CRAYON (et non pas un stylo) et demander « quel est le nom de cet objet » (attention aucune réponse autre que CRAYON n'est admise)

23 – montrer votre MONTRE et demander « quel est le nom de cet objet »

24 – écoutez bien et répétez après moi : « pas de mais, de si ni de et »

25 – posez une feuille de papier sur le bureau, la montrer au sujet en lui disant ; « écoutez bien et faites ce que je vais vous dire : prenez cette feuille de papier avec la main droite »

26 – pliez - la en deux

27 – et jetez - la par terre

28 – tendre au sujet une feuille de papier sur laquelle est écrit en gros caractères : « FERMEZ LES YEUX » et dire au sujet : *faites ce qui est écrit*

29 – tendre au sujet une feuille de papier et un stylo en disant : *voulez-vous m'écrire une phrase, ce que vous voulez, mais une phrase entière.* Cette phrase doit être écrite spontanément et doit contenir un sujet et un verbe et avoir un sens.

Praxies constructives :

(coordination de l'activité gestuelle)

30 – tendre au sujet une feuille de papier et lui demander de recopier le dessin suivant :

