

***Le professeur Bruno Dubois,***

**Directeur de  
l'Institut de la Mémoire et de la Maladie d' Alzheimer (IMMA)  
à la Pitié-Salpêtrière - Hôpitaux de Paris**



# Depuis un certain temps...

1. J'oublie les noms de familles...
2. Je ne me souviens plus où j'ai rangé certaines choses...
3. En parlant, il m'arrive de m'arrêter et ne plus savoir de quoi je parlais...

Avant, je craignais qu'il s'agissait d'un début d'Alzheimer...  
mais aujourd'hui, à la lecture de cet article, je suis rassuré.

*« Si quelqu'un a conscience de ses problèmes de mémoire,  
c'est qu'il n'a pas l'Alzheimer. »*

Il s'agit de l'**anosognosie** ou l'oubli temporaire.

La moitié des gens de 60 ans et plus présentent certains symptômes qui sont plutôt dus à l'âge qu'à la maladie.

Il arrive souvent chez les personnes de 60 ans et plus qu'elles se plaignent que la mémoire leur fait défaut :

*« les informations sont toujours dans le cerveau,  
c'est le "processeur" qui fait défaut. »*

Les cas les plus répandus sont :

- l'oubli du nom d'une personne,
- le fait de se rendre dans une pièce de la maison et ne plus se rappeler pourquoi on y allait,
- un blanc de mémoire pour un titre de film ou d'un acteur, d'une actrice,
- une perte de temps à chercher où on a laissé ses lunettes ou ses clés.

**Après 60 ans,**

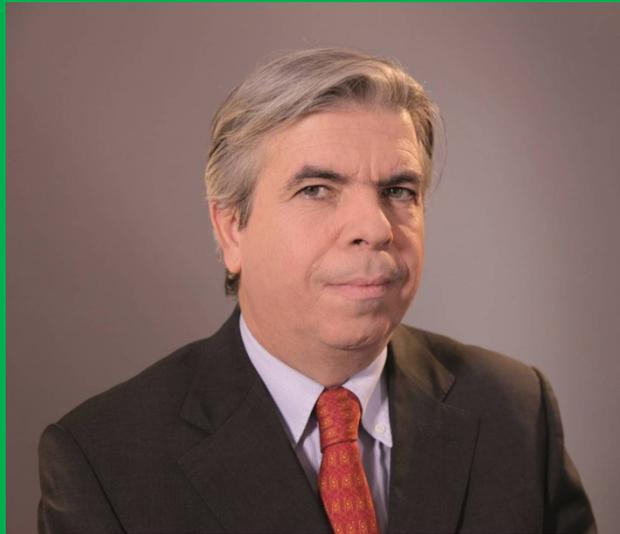
la plupart des gens présentent une telle difficulté, ce qui indique qu'il ne s'agit pas d'une maladie mais plutôt une caractéristique due au passage des années.

Bien des gens sont préoccupés de ces oublis.  
D'où l'importance de l'affirmation suivante :

*« Ceux qui sont conscients de souffrir de ces oublis n'ont pas de problème sérieux de la mémoire.  
Ceux qui souffrent d'une maladie de la mémoire, dont l'Alzheimer, ne se rendent pas compte de ce qui se passe. »*

Le professeur Bruno Dubois, Directeur de l'IMMA, rassure la majorité des personnes préoccupées par leurs oublis :

*« Plus on se plaint de pertes de mémoire, moins il est probable de souffrir d'une maladie de la mémoire. »*



**Maintenant un petit Test Neurologique**  
*N'utilisez que vos yeux !*





**3- Trouvez maintenant le N dans le tableau ci-dessous.**  
*Attention, c'est un peu plus difficile !*

**MMNMM**  
**MM**  
**MM**  
**MM**  
**MM**

- Si vous passez ces trois tests sans problème :
- vous pouvez annuler votre visite annuelle chez le neurologue,
  - votre cerveau est en parfaite forme !
  - vous êtes loin d'avoir une quelconque relation avec Alzheimer.

**Alors, faites circuler, ça peut rassurer...**

FMN