



# REMÉDIATION COGNITIVE ET SCLÉROSE EN PLAQUES

Dr Hélène Brissart  
Neuropsychologue - Service de Neurologie - CHU Nancy

On entend souvent parler de rééducation, remédiation, réhabilitation cognitive... Ces termes désignent des méthodes visant à améliorer le fonctionnement cognitif d'un patient qui présenterait par exemple des difficultés en mémoire, des difficultés attentionnelles... Ces méthodes sont issues de fondements théoriques précis : la mémoire n'est pas un muscle que l'on stimule !

Dans la sclérose en plaques, les troubles cognitifs sont assez fréquents, ils affectent 40 à 70% des patients, et peuvent être présents dès le début de maladie. Leur expression peut varier, et s'exprimer par un ralentissement, des difficultés en mémoire, des difficultés attentionnelles, un manque du mot...

Pour déterminer l'existence ou non de ces troubles, il convient de réaliser un **bilan neuropsychologique**. Ce bilan se déroule le plus souvent dans un service de neurologie ou dans un réseau de prise en charge de la sclérose en plaques (ex : Alsacep, Lorsep,

SEP-Auvergne, Rbn-SEP<sup>1</sup>...). A l'issue de celui-ci, le neuropsychologue fera une synthèse et indiquera, si nécessaire, la pratique de séances de remédiation cognitive.

**En pratique** et selon les régions, le neuropsychologue du réseau SEP, de l'hôpital ou encore en libéral, pratique des séances individuelles ou en groupe.

Elles sont constituées d'explications sur le **fonctionnement cérébral** (c'est la psycho-éducation) et d'**exercices** précis permettant d'**améliorer la mémoire** par exemple.

Résolvez ces anagrammes :

F R A I G E

P O R D A L E

Indice : ce sont des animaux  
réponses : en bas sur le coté

Pour les professionnels, un programme de groupe<sup>2</sup> a été diffusé ; quant aux séances individuelles, de nombreux exercices sont disponibles ainsi que des logiciels<sup>3</sup> permettant de **continuer à s'entraîner à domicile**.

La remédiation cognitive se pratique depuis des décennies ; elle s'est développée au début chez les traumatisés crâniens puis a été validée dans de nombreuses pathologies neurologiques.

Dans la sclérose en plaques, de nombreux travaux de recherche se sont attachés à étudier l'efficacité de ces méthodes et des **résultats encourageants** à différents points de vue ont été observés :

- des améliorations intra-individuelles concernant principalement les capacités en mémoire, en initiation verbale et en attention ont été observées chez les patients
- une réorganisation fonctionnelle est observée à l'imagerie.

Ainsi actuellement, on constate des bénéfices positifs pour les patients à l'issue de séances de remédiation cognitive. De nouvelles études restent toutefois nécessaires pour observer le maintien dans le temps de ceux-ci, ou encore la nécessité d'un réentraînement régulier, en raison de la chronicité de cette pathologie.

<sup>1</sup> Liste et coordonnées des réseaux SEP sur notre site [www.arsep.org](http://www.arsep.org)

<sup>2</sup> ProCog-SEP - ouvrage pour professionnels de H. Brissart et M. Leroy - Editions Solal

<sup>3</sup> PRESCO - programme de rééducation et de stimulation cognitives - Editions Creasoft



Vaincre  
ensemble  
la SEP