

Trisomie 21 et vieillissement

SIGNES D'ALERTE ET RESSOURCES

L'espérance de vie de la population des personnes atteintes de trisomie 21 a considérablement augmenté ces dernières années et dépasse maintenant 60 ans. Les adultes peuvent bénéficier d'un véritable parcours de vie et professionnel, de loisirs et de relations sociales. Cependant certaines évolutions liées à l'âge doivent être prises en compte. Mieux connaître le processus de vieillissement permet de faciliter le parcours de vie de ces personnes et d'éviter les ruptures.

RESSOURCES

La fiche pratique " Les signes d'alerte du vieillissement "



Fiche synthétique de repérage des signes d'alerte du vieillissement développée par le CRPHV
Cette fiche peut être consultée [ICI](#)

Le guide de l'institut Lejeune



Ce guide a pour objectif de :
- Informer, sensibiliser et soutenir les familles et les aidants, de les préparer aux pathologies fréquemment rencontrées à l'âge adulte ;

- Faciliter l'accompagnement de la personne adulte porteuse de trisomie 21, tout au long de sa vie

- Diffuser les bonnes pratiques médicales et éducatives.

Ce guide peut être téléchargé [ici](#)

Repérer le vieillissement

De nombreuses études montrent que les adultes atteints de Trisomie 21 présentent des signes physiques, médicaux et mentaux de vieillissement plus rapides que ce qui est généralement attendu pour ce groupe d'âge : Les premiers signes peuvent apparaître dès 40 ans.

Les troubles généraux liés au vieillissement sont habituellement les mêmes que dans la population globale, cependant certains troubles vont être davantage présents :

- une baisse de l'autonomie dans les actes de la vie quotidienne,
- un désintérêt pour les activités que la personne aimait faire,
- un retrait social, un rythme ralenti
- des troubles cognitifs (langage mémoire, ..)
- une augmentation de la récurrence des problèmes de santé annexes (pathologie cardiaque, digestive, urinaire, visuelle, auditive)
- la prise de poids, une importante réduction de la masse musculaire..
- une augmentation des troubles du comportement qui peuvent être le reflet aussi bien de dépression, de manifestation d'une douleur, ou le début d'apparition de démence de type Alzheimer

La maladie d'Alzheimer ou des troubles neuro dégénératifs peuvent également apparaître avec une précocité importante et auront un impact sur la mémoire, la capacité de prendre des décisions, la communication, la personnalité de la personne.

Il est important d'échanger avec le médecin traitant qui connaît bien la personne afin de pouvoir apporter une réponse adaptée à ses besoins

Trisomie 21 et Maladie d'Alzheimer

Les adultes atteints de Trisomie 21 ont un fort risque de contracter la maladie d'Alzheimer de façon précoce. (une cause génétique est associée à cet état de fait) . Ils peuvent présenter des signes neuro-pathologiques de la maladie d'Alzheimer dès 40 ans, avant même l'arrivée du déclin cognitif. Cependant certaines études affirment que d'autres facteurs tels que le mode de vie, influençant le vieillissement cognitif joueraient un rôle dans l'apparition de la maladie et sa précocité.

Quelques signaux d'alerte de la maladie doivent amener à consulter comme un changement de comportement, avec notamment des symptômes de dépression plus prononcés ou l'apparition et la fréquence de crises d'épilepsie causant de plus une vulnérabilité aux chutes.

Du diagnostic à l'accompagnement spécifique

L'accompagnement des PH handicapées mentales, malades d'Alzheimer est une problématique émergente en France et les dispositifs d'accueil de diagnostic et les modes d'accompagnement adaptés sont en construction . En effet les méthodes habituelles de diagnostic sont difficiles à mettre en œuvre auprès de ces publics. Le diagnostic est alors souvent co-construit entre médecins, professionnels médico sociaux et personnels de l'entourage familial à partir de données d'observation. Des outils tels que des grilles d'observation adaptés aux personnes déficientes intellectuelles facilitent le diagnostic mais sont encore peu utilisés.

Au fur et à mesure de l'évolution de la maladie les modes d'accompagnement adaptés seront co-construits entre professionnels et famille.

Les familles sont impactées par cette situation et pourront bénéficier de soutien à travers

- dispositifs d'information et d'aide aux aidants,
- solutions de répit et de relayage
- lieux d'écoute et d'échange...

QUELQUES RESSOURCES

Informations générales :

- **Site du CRPHV** : informations administratives et pratiques essentielles aux personnes handicapées vieillissantes dans leur parcours de vie et de soin en Gironde : <https://crphv.handivillage33.org>
Le CRPHV recense également es établissements pouvant accueillir des personnes malades Alzheimer jeune .
- **Centre ressources Régional Trisomie 21 Gironde** décliné en trois Pôles d'Expertise :
Un Pôle Santé (soins et prévention), un Pôle Vie Sociale (loisirs, culture, vacances, autonomie de déplacement, habitat...) et un Pôle Scolarité, Formation, Insertion Professionnelle, Emploi.

Liens ressources :

- **Centre National de Référence** Jeunes malades Alzheimer : <http://www.centre-alzheimer-jeunes.fr/>
- **Plateforme Memo** : portée par le projet Monument (*More Nurturing and Empowerment Nested in Technology*) dédiée aux aidants de personnes touchées par la maladie d'Alzheimer , Elle vise à favoriser le maintien à domicile .
<https://www.memo-monument.fr>
- **Institut Médical des maladies neurodégénératives** de Bordeaux IMNC | CMRR (imnc-bordeaux.org)
<https://www.imnc-bordeaux.org/38-cmrr.html>
- **Centre médico Psychologique** de Gironde :
<https://www.ch-perrrens.fr/offre-de-soins/psychiatrie-adulte/centres-medico-psychologiques-cmp>

Base documentaire Trisomie 21 et maladie d'Alzheimer :

Des données de bibliographie peuvent vous être communiquées par le CRPHV.