

Série « La psychologie peut vous aider » : Les troubles cognitifs vasculaires

Qu'est-ce qu'un trouble cognitif vasculaire?

- Les troubles cognitifs vasculaires (TCV) sont des pathologies qui entraînent des troubles de la pensée dus aux effets d'une maladie des vaisseaux sanguins (également appelée maladie vasculaire) sur les fonctions cérébrales. Les capacités de réflexion, ou cognition, englobent des capacités telles que l'attention, la mémoire, la communication, la planification, la résolution de problèmes et le raisonnement.
- Les modifications de la pensée et du comportement causées par les troubles cognitifs vasculaires peuvent affecter à la fois la personne atteinte et ses proches. La gravité de ces troubles cognitifs peut aller de difficultés légères, comme le fait d'oublier, à des problèmes plus lourds, comme la difficulté à s'occuper de ses finances et de ses responsabilités domestiques.
- La forme la plus grave de trouble cognitif vasculaire est la démence vasculaire, qui se traduit par la perte progressive de la capacité à gérer seul les activités de la vie quotidienne.

Quelles sont les causes du TCV?

- Une altération anormale des vaisseaux sanguins (maladie vasculaire) du cerveau qui diminue la santé et le fonctionnement du cerveau peut être à l'origine d'un trouble cognitif vasculaire.
- Le développement du TCV dépend de la localisation et de l'étendue de la maladie des vaisseaux sanguins dans le cerveau.
- Les maladies vasculaires entraînant un TCV peuvent être associées à de nombreux problèmes de santé et situations médicales, tels que les ruptures d'anévrisme, les insuffisances cardiaques, les coronaropathies et les cardiopathies congénitales.
- Après un accident vasculaire cérébral, le TCV est particulièrement fréquent et peut devenir chronique.
- Des problèmes de santé chroniques tels que l'hypertension et le diabète peuvent également conduire à un TCV.
- Les maladies vasculaires cérébrales peuvent aggraver les troubles de la pensée causés par d'autres maladies du cerveau comme la maladie d'Alzheimer.

Comment diagnostique-t-on un TCV? Quand devrais-je consulter mon fournisseur de soins de santé?

- Si vous souffrez d'un problème de santé lié à une altération des vaisseaux sanguins dans votre cerveau et que vous avez des problèmes d'ordre cognitif persistants ou croissants, il serait judicieux d'en parler à votre professionnel de la santé. Pour diagnostiquer un TCV, il faut évaluer à la fois vos fonctions cognitives et la santé vasculaire de votre cerveau.
- Les professionnels de la santé examineront vos antécédents en matière de maladies vasculaires et les changements cognitifs que vous avez constatés.

- Il est possible que l'on vous fasse passer des tests pour évaluer vos capacités de réflexion, sous forme d'une évaluation brève ou d'une évaluation plus longue et plus approfondie (évaluation neuropsychologique).
- Il se peut également que vous passiez une scintigraphie cérébrale pour détecter les signes des effets que la maladie vasculaire a sur votre cerveau.
- Un diagnostic de TCV est envisagé lorsque les résultats montrent : 1 - des problèmes cognitifs plus importants que ce qui est normal en fonction de votre âge et de vos antécédents; 2 - des signes de maladie vasculaire.

Comment traite-t-on les TCV?

- Il n'est pas encore possible d'inverser les effets dommageables des maladies vasculaires sur le cerveau, mais les traitements actuels visent à réduire le risque d'aggravation des dommages en traitant vos problèmes de santé sous-jacents ou ceux de votre proche.
- Votre fournisseur de soins de santé évaluera les facteurs de risque de maladie vasculaire que vous présentez et pourra vous recommander un traitement médicamenteux et/ou des modifications de votre mode de vie (p. ex. exercice physique, modification de l'alimentation, arrêt du tabac, etc.)
- Les problèmes cognitifs peuvent varier chez les personnes atteintes de TCV, et une ou plusieurs interventions peuvent être recommandées pour atténuer ces problèmes.
- Parmi ces interventions, citons l'apprentissage de stratégies ou d'outils d'assistance (p. ex. pour la mémoire ou la communication) afin de compenser les effets du TCV sur les activités quotidiennes.
- Une intervention directe pour remédier au problème peut également être suggérée, par exemple des exercices avec un thérapeute pour améliorer l'attention, la communication, la fonction visuelle ou la rapidité de traitement.
- Il peut être recommandé d'adapter votre ou vos milieux de vie pour être le plus autonome possible.

Les TCV sont-ils évitables?

- L'adoption de saines habitudes de vie, telles que l'arrêt du tabac, la réduction de la consommation d'alcool, une bonne alimentation, la pratique régulière d'une activité physique, une bonne hygiène de sommeil et la gestion du stress, peut contribuer à la prévention des TCV.
- La prise de médicaments prescrits pour traiter les maladies chroniques qui augmentent le risque de TCV, comme l'hypertension, la fibrillation atriale et le diabète, peut contribuer à réduire le risque de développer un TCV.
- Le traitement des troubles du sommeil, tels que l'apnée du sommeil, peut aider à réduire le risque de développer un TCV.
- Ces approches médicales ou liées au mode de vie peuvent réduire le risque de développer un TCV, mais ne permettent pas forcément de prévenir les TCV chez tout le monde.

Où puis-je obtenir plus d'informations?

Fondation des maladies du cœur et de l'AVC :

[Déficit cognitif d'origine vasculaire | Cœur+AVC](#)

Pratiques optimales de l'AVC au Canada :

[Déficience cognitive vasculaire | Pratiques optimales de l'AVC au Canada](#)

[Cognition et déficience cognitive vasculaire | Pratiques optimales de l'AVC au Canada](#)

Société Alzheimer du Canada :

[Les troubles neurocognitifs cérébro-vasculaires | Société Alzheimer du Canada](#)

Pour savoir si une intervention psychologique peut vous aider, **consultez un psychologue agréé**. Les associations provinciales et territoriales de psychologues, et certaines associations municipales de psychologues peuvent mettre à la disposition des citoyens une liste de psychologues praticiens qu'il est possible de consulter pour trouver les services appropriés. Pour connaître les noms et les coordonnées des associations provinciales et territoriales de psychologues, veuillez vous rendre à l'adresse <https://cpa.ca/fr/public/unpsychologue/societesprovinciales/>.

La présente fiche d'information a été préparée pour la Société canadienne de psychologie par la Dre Sherri Carter, services de psychologie, Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse; clinicienne adjointe, département de psychologie et de neuroscience, Université Dalhousie, et la Dre Gail Eskes, département de psychiatrie et département psychologie et de neuroscience, Université Dalhousie; chercheuse affiliée, Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse.

Révision : août 2024

Votre opinion est importante! Si vous avez des questions ou des commentaires sur les fiches d'information de la série « La psychologie peut vous aider », veuillez communiquer avec nous : factsheets@cpa.ca.

Société canadienne de psychologie
141, avenue Laurier Ouest, bureau 702
Ottawa (Ontario) K1P 5J3
Tél. : 613-237-2144

Numéro sans frais (au Canada) : 1-888-472-0657