

Rappel

La maladie de Parkinson est une maladie dégénérative qui résulte de la mort lente et progressive de neurones du cerveau.

Comme la zone du cerveau atteinte par la maladie joue un rôle important dans le contrôle de nos mouvements, les personnes atteintes font peu à peu des gestes rigides, saccadés et incontrôlables. Par exemple, porter une tasse à ses lèvres avec précision et souplesse devient difficile.

QUELQUES SYMPTÔMES CARACTÉRISTIQUES

TREMBLEMENTS
SECOUEMENTS
FRISSONNEMENTS



LENTEUR DES
MOUVEMENTS



RAIDEUR
DES BRAS,
DES JAMBES
DU TRONC



TROUBLE DE
L'ÉQUILIBRE



DÉMARCHE
ANORMALE



DIMINUTION
DU VOLUME
DE LA VOIX
(hypophonie)



ÉTAT
DÉPRESSIF
OU ANXIEUX

**CONSEILS**

Éviter le stress. Un malade stressé peut se braquer et par conséquent devenir anxieux et faire parfois des crises d'angoisse. **Il est donc important de le maintenir dans un lieu calme.**

Hygiène de vie capitale. Veillez à ce que le malade ait une bonne alimentation, s'hydrate raisonnablement tout au long de la journée et **fassse de l'exercice, adapté à sa forme physique**, privilégiez notamment la marche. Une bonne hygiène de vie lui fournira la force nécessaire pour continuer à faire des gestes quotidiens.

Faites attention à vos réactions. Parfois, les comportements des malades atteints de Parkinson peuvent surprendre, énerver ou faire rire. Sachez également que cette maladie n'évolue pas de manière régulière et linéaire, la maladie peut parfois progresser et parfois régresser. Ne soyez pas surpris qu'un jour le malade, dont vous vous occupez, ne puisse pas décoller de son fauteuil et que le lendemain il puisse marcher facilement. **Il est important que le malade se sente en sécurité, il faut donc que vous contrôliez vos propos pour ne pas le mettre mal à l'aise.**

En cas de crise d'angoisse. Installez-le malade dans un endroit confortable, parlez lui de façon rassurante, incitez-le à respirer plus calmement et créez un environnement apaisant, par exemple en mettant de la musique relaxante.