

Maladies et lésions

La démence en milieu de travail

Sur cette page

[Qu'est-ce que la démence?](#)

[Quels sont les symptômes de la démence?](#)

[Quelle est la différence entre la perte de mémoire liée à l'âge et la démence?](#)

[Comment la démence est-elle diagnostiquée?](#)

[Quelles sont les causes de la démence?](#)

[Peut-on traiter la démence?](#)

[Peut-on prévenir la démence?](#)

[Comment le milieu de travail peut-il aider un travailleur qui présente des signes de démence?](#)

[Un travailleur atteint de démence peut-il continuer à travailler?](#)

[Quelles autres mesures peuvent-elles être prises dans le milieu de travail pour soutenir les personnes vivant avec la démence?](#)

Qu'est-ce que la démence?

La démence est un terme utilisé pour décrire un groupe de symptômes affectant la mémoire, la pensée et les capacités sociales. Il s'agit d'une maladie chronique qui, malheureusement, s'aggrave avec le temps.

La démence n'est pas une maladie précise. Il existe plusieurs types de démence. La maladie d'Alzheimer est la plus courante. Les autres types de démence comprennent la démence à corps de Lewy, la démence frontotemporale, la démence vasculaire et bien d'autres encore.

Le risque de démence augmente avec l'âge. Cependant, la démence peut être diagnostiquée à tout âge. Selon Santé Canada, la démence à début précoce représente environ 3 % de l'ensemble des cas de démence. La démence à début précoce est le terme utilisé lorsque les personnes sont diagnostiquées entre 18 et 64 ans.

Quels sont les symptômes de la démence?

La démence se manifeste par une série de symptômes. Les symptômes ne sont pas les mêmes pour tous.

Les changements cognitifs peuvent inclure :

- La perte de mémoire affectant les capacités quotidiennes
- La difficulté à effectuer des tâches familières
- Les difficultés de pensée abstraite, de raisonnement, de résolution de problèmes, de planification ou d'organisation
- La désorientation temporelle et spatiale, comme perdre la notion du temps, se perdre ou oublier où l'on est dans un lieu familier.
- La diminution de la concentration et de l'attention
- Des changements dans le langage, tels que la difficulté à trouver des mots ou l'utilisation de mots qui n'ont pas de sens
- Le fait d'égarer des objets

Les changements psychologiques comprennent :

- La dépression
- L'anxiété
- L'agitation
- Les changements de personnalité, tels que des comportements inhabituels ou inexplicables qui ne correspondent pas au caractère habituel ou à la personnalité habituelle de la personne.
- L'altération du jugement, par exemple, en se mettant à risque ou en mettant à risque les autres de manière inhabituelle en disant ou en faisant des choses qui peuvent nuire à leur santé physique ou mentale. Il peut s'agir de marcher dans des conditions dangereuses ou d'en créer, d'avoir des emportements verbaux ou d'ignorer les protocoles de sécurité.
- Le fait de Voir des choses qui ne sont pas là (hallucinations)

Quelle est la différence entre la perte de mémoire liée à l'âge et la démence?

Oublier des réunions ou des rendez-vous, perdre la notion du temps, égarer des objets, avoir du mal à trouver ses mots ou des changements d'humeur peut faire partie du vieillissement, être le résultat du stress ou être un signe d'une dépression. Il est important de discuter de votre situation avec votre médecin.

Si la perte de mémoire peut être frustrante, elle ne doit pas affecter votre capacité à faire ce qui suit :

- Accomplir des tâches
- Suivre les procédures ou les exigences du travail
- Apprendre et mémoriser de nouvelles choses
- Établir et maintenir des relations saines

Ces problèmes peuvent entraîner un sentiment de détresse, de gêne ou de perte de confiance en soi.

Les personnes plus jeunes peuvent présenter des changements dans leur personnalité, leur comportement ou leur fonctionnement social plutôt que des problèmes de mémoire.

Comment la démence est-elle diagnostiquée?

Le seul moyen de savoir avec certitude si une personne est atteinte de démence est de la soumettre à un test. Un professionnel de la santé effectuera une série de tests cognitifs et neuropsychologiques, des évaluations neurologiques, des scintigraphies cérébrales, des tests de laboratoire et des évaluations psychiatriques.

Quelles sont les causes de la démence?

La démence est le résultat de la détérioration ou de la perte de cellules nerveuses et de la façon dont elles sont connectées au cerveau. Les symptômes dépendent de la zone du cerveau qui est endommagée.

Les causes exactes de toutes les formes de démence ne sont pas connues. Il est connu que certains facteurs de risque et certaines affections sous-jacentes, comme le diabète et les accidents vasculaires cérébraux, peuvent augmenter le risque de démence. Santé Canada indique que les chercheurs soupçonnent que certaines causes pourraient être des protéines anormales dans le cerveau, une diminution de l'apport sanguin au cerveau et des cellules nerveuses dans le cerveau qui cessent de fonctionner correctement.

La plupart des cas de démence ne sont pas de nature génétique. En ce qui concerne la démence à début précoce, la Société Alzheimer du Canada indique que certaines formes ont des liens génétiques, par exemple, avec le syndrome de Down ou la maladie de Huntington. Des liens génétiques ont également été découverts pour certains types de démence frontotemporale.

Il convient de noter que les symptômes de type démence peuvent également être causés par :

- Des infections et des troubles immunitaires : Certains symptômes peuvent résulter d'une infection. Des maladies qui provoquent une attaque des cellules nerveuses par l'organisme, comme la sclérose en plaques, peuvent également être un facteur.
- Des problèmes métaboliques ou endocriniens : Les problèmes de thyroïde ou d'hypoglycémie peuvent entraîner des symptômes semblables à ceux de la démence ou des changements de personnalité.
- De faibles taux de certains nutriments : Manque possible de nutriments tels que la thiamine (vitamine B-1), la vitamine B-6, la vitamine B-12, le cuivre ou la vitamine E.
- La déshydratation.
- Des effets secondaires de médicaments : Certains médicaments ont des effets secondaires ou peuvent interagir avec d'autres médicaments et avoir des effets similaires à ceux de la démence.
- Des problèmes cérébraux : Des problèmes tels qu'une hémorragie sous-durale (saignement entre la surface du cerveau et le revêtement du cerveau), des tumeurs ou une hydrocéphalie (accumulation de liquide dans le cerveau) peuvent jouer un rôle.

Peut-on traiter la démence?

La plupart des types de démence sont incurables. Les inhibiteurs de la cholinestérase, la mémantine et d'autres médicaments peuvent améliorer temporairement les symptômes.

Certaines causes de symptômes semblables à ceux de la démence peuvent être traitées.

Peut-on prévenir la démence?

Santé Canada affirme qu'un mode de vie sain peut réduire le risque de développer une démence et en retarder les symptômes. Il est également important de prévenir ou de prendre en charge d'autres maladies chroniques (telles que le diabète, la dépression, l'hypertension artérielle ou l'hypercholestérolémie) qui sont liées à un risque accru de démence.

Pour réduire le risque de démence, essayez de faire ce qui suit :

- Maintenir un poids santé
- Réduire la perte d'audition, notamment en portant des appareils auditifs ou en utilisant des protections auditives en cas d'exposition au bruit excessif
- Fréquenter des amis ou des membres de votre communauté
- Protéger votre tête contre les blessures, en portant par exemple un casque de protection

- Relever le défi d'acquérir de nouvelles compétences ou de pratiquer de nouvelles activités
 - Faire de l'activité physique
 - Limiter sa consommation d'alcool
 - Cesser de fumer
 - Prendre des mesures pour favoriser un sommeil de qualité
-

Comment le milieu de travail peut-il aider un travailleur qui présente des signes de démence?

Il est important de comprendre que certains signes avant-coureurs de la démence sont souvent confondus avec des problèmes de rendement. Le travailleur peut oublier des réunions, perdre la notion du temps, égarer des objets ou oublier comment effectuer des tâches familières. Le travailleur peut ne pas être conscient de ces problèmes, ou se sentir désorienté et tenter de les dissimuler. Lorsque plusieurs signes sont observés, le milieu de travail doit encourager le travailleur à consulter un professionnel de la santé.

Lorsque vous parlez avec la personne, essayez de faire ce qui suit :

- Rencontrer la personne dans un endroit familier, privé et calme
- Prévoir une période de temps appropriée pour les rencontres
- Lui demander comment elle se sent et si elle a remarqué des différences dans son travail ces derniers temps
- Partager vos observations sans porter de jugement
- Encourager le travailleur à consulter un professionnel de la santé
- Insister sur le fait que la demande est faite parce que le milieu de travail se soucie du travailleur et souhaite le soutenir
- Lui demander s'il souhaite discuter de nouveau
- Faire preuve d'empathie et de compassion

Il n'appartient pas au milieu de travail de diagnostiquer l'état d'un travailleur. Les premières conversations de ce genre ne seront peut-être pas fructueuses. Toutefois, un suivi continu et des discussions constantes devraient permettre au travailleur de se sentir compris et en confiance. Il sera alors plus enclin à partager si quelque chose nuit à son rendement.

Un travailleur atteint de démence peut-il continuer à travailler?

Un milieu de travail inclusif est un endroit où les employeurs respectent les besoins et le potentiel uniques de tous les individus. La démence est une maladie progressive et est considérée comme un handicap. Les handicaps sont couverts par les droits de l'homme et, en tant que tel, le milieu de travail doit s'adapter aux travailleurs souffrant de ce handicap (jusqu'à ce qu'il y ait une contrainte excessive). Selon les symptômes de la personne, la vitesse de progression et le type de travail qu'elle effectue, il peut être possible de rester au travail.

Le diagnostic de démence fait partie d'une procédure de congé de maladie ou de mesures d'adaptation. La personne peut vouloir rester au travail pendant un certain temps, ou elle peut avoir besoin de quitter le milieu de travail. Il faut demander à la personne si elle peut recueillir de l'information auprès de son professionnel de la santé afin d'informer le milieu de travail de toute restriction ou limitation liée aux tâches professionnelles. Il faut aussi lui demander si elle souhaite que son aidant ou une personne de confiance assiste aux réunions au cours desquelles des décisions importantes peuvent être prises.

La discussion sur les possibilités d'adaptation est un processus coopératif qui prend en compte le travailleur, ainsi que les commentaires du professionnel de la santé. Le fait de partager les descriptions des exigences physiques avec le professionnel de la santé peut aider à déterminer le meilleur état d'aptitude au travail. Il ne faut pas oublier que le diagnostic ou les détails du traitement n'ont pas à être divulgués.

Toujours tenir compte de la sécurité de l'individu et de ses collègues lors de la détermination des tâches.

Il est important de travailler en collaboration pour déterminer le travail et les mesures d'adaptation convenables pour la personne, la situation, l'équipe et le milieu de travail en cause. Mettre l'accent sur les capacités et les fonctions actuelles du travailleur, ainsi que sur les besoins de l'organisation. Comprendre qu'il peut être nécessaire de modifier l'entente au fur et à mesure de l'évolution de la maladie.

Les étapes suivantes peuvent aider un travailleur vivant avec la démence à rester dans son milieu de travail :

- Modifier l'environnement, par exemple, en réduisant le désordre et le bruit, peut permettre à une personne de se concentrer et de fonctionner plus facilement.
- Utiliser des techniques de communication attentive. Maintenir le contact visuel, ne pas trop compliquer le message et ne pas précipiter la réponse.
- Se concentrer sur les activités qui peuvent être menées à bien.
- Présenter une tâche, une idée ou une instruction à la fois.
- Diviser les tâches en étapes plus faciles.
- Créer une structure et une routine - par exemple, prévoir une réunion quotidienne à la même heure et au même endroit chaque jour.

- Utiliser la technologie avec des alertes de rappel pour tenir un calendrier d'activités et d'événements.
- Fournir une formation supplémentaire, au besoin, par exemple, en cas de modification des procédures.
- Ajuster ou supprimer des tâches pour réduire les risques, comme les tâches et la conduite critiques à la sécurité.
- Proposer des horaires flexibles, modifier les horaires ou autoriser le travail à domicile pour lutter contre la fatigue et favoriser un environnement plus calme.
- Favoriser l'activité physique et sociale. Il est de plus en plus évident que des choix sains pour le cerveau peuvent réduire le risque.
- Sensibiliser les collègues à la lutte contre la stigmatisation, afin qu'ils se sentent soutenus et qu'ils puissent l'être.
- Utiliser un langage qui s'adresse d'abord à la personne, en vous adressant directement à elle. Utiliser des termes tels que « personne vivant avec la démence ».

Dans certaines circonstances, l'adaptation du milieu de travail peut nécessiter que la personne modifie ses horaires et ses habitudes de travail, qu'elle apprenne à utiliser un nouvel équipement ou qu'elle adopte un nouveau rôle professionnel. Donner du temps et de la formation au travailleur pour qu'il s'adapte à ces ajustements.

Quelles autres mesures peuvent-être prises dans le milieu de travail pour soutenir les personnes vivant avec la démence?

Élaborer une [politique et un programme pour les aidants](#) afin d'aider les travailleurs qui s'occupent d'autres personnes atteintes de démence.

Devenir un environnement sensible aux besoins des personnes vivant avec la démence. Les étapes comprennent :

- Afficher des panneaux clairs et simples, en gros caractères et placés à la hauteur des yeux.
- Utiliser des graphiques pour les renseignements essentiels.
- Voir à ce que l'entrée soit clairement visible et bien éclairée.
- Les trottoirs et les allées doivent être dégagés.
- Maintenir les bruits de fond à un niveau bas.
- Fournir un espace calme pour que la personne puisse se reposer.

- Envisager de déplacer les miroirs (certaines personnes ne reconnaîtront pas leur reflet et seront angoissées) et d'enlever les tapis noirs (certaines personnes peuvent les percevoir comme un grand trou et ne voudront pas marcher dessus).
- En cas de comportement agressif, il faut rechercher une cause immédiate, telle qu'une source de bruit (p. ex. une télévision). Prendre des mesures pour supprimer la cause ou réduire les effets.

En cas de travail avec une personne vivant avec la démence :

- Apporter votre soutien en cas de problème.
- Les aider à se souvenir de leurs rendez-vous.
- Les aider à prendre des décisions sans se montrer autoritaire.
- Être patient si la personne a des difficultés à communiquer ou à apprendre.
- Lui offrir de l'espace et de l'intimité si c'est ce dont la personne a besoin.

Parfois, une personne vivant avec la démence peut s'exprimer physiquement (en mordant, en frappant, en poussant ou en donnant des coups de pied) ou verbalement (en criant et en injuriant). Si votre sécurité est menacée, quittez. Ne pas oublier que c'est la maladie, et non la personne, qui est à l'origine du comportement.

Date de la première publication de la fiche d'information : 2024-12-17

Date de la dernière modification de la fiche d'information : 2024-12-17

Avertissement

Bien que le CCHST s'efforce d'assurer l'exactitude, la mise à jour et l'exhaustivité de l'information, il ne peut garantir, déclarer ou promettre que les renseignements fournis sont valables, exacts ou à jour. Le CCHST ne saurait être tenu responsable d'une perte ou d'une revendication quelconque pouvant découler directement ou indirectement de l'utilisation de cette information.