

# Sclérose en plaques – Nous pouvons vous aider

La sclérose en plaques (SP) est une maladie complexe, et la Société canadienne de la sclérose en plaques a pour mandat d'aider les gens aux prises avec cette affection. Personne n'a à lutter seul contre la SP. Au sein des collectivités d'un bout à l'autre du Canada, les bénévoles et les employés de la Société de la SP procurent de l'information et du soutien aux personnes touchées par cette maladie, et leur proposent des événements éducatifs et diverses ressources pouvant leur être utiles. Des chercheurs subventionnés par la Société de la SP travaillent d'arrache-pied pour découvrir la cause de la SP, mettre au point des traitements nouveaux et améliorés contre cette maladie et, ultimement, guérir la sclérose en plaques.

---

## Qu'est-ce que la sclérose en plaques?

On croit que la sclérose en plaques est une maladie auto-immune du système nerveux central (cerveau et moelle épinière). Elle prend pour cible la myéline, soit la gaine protectrice des fibres nerveuses, provoquant de l'inflammation qui entraîne souvent la détérioration de cette substance. Lorsque cela se produit, la propagation de l'influx nerveux dans les fibres nerveuses (axones) est bloquée ou perturbée. Peuvent alors apparaître toutes sortes de symptômes qui dépendent de l'emplacement des lésions dans le système nerveux central.

Les zones détériorées sont appelées « lésions » ou « plaques ». La nature, la gravité et la durée des symptômes peuvent varier grandement d'une personne à l'autre. Parmi les symptômes possibles de la SP figurent la fatigue, des troubles de l'élocution, de la vue et de l'équilibre, des engourdissements ou de la douleur, des troubles urinaires, intestinaux et cognitifs, des changements d'humeur et l'affaiblissement ou la paralysie d'une partie du corps. Soulignons toutefois que la plupart des personnes atteintes de SP n'éprouvent pas tous ces symptômes.

La SP peut frapper n'importe qui, mais certains faits demeurent : cette maladie apparaît le plus souvent chez les personnes dont l'âge varie de 20 à 49 ans, et le risque de SP des femmes est plus de trois fois plus élevé que celui des hommes. Selon les estimations, plus de 77 000 Canadiens vivent avec la sclérose en plaques.

Il existe différentes formes de SP. La plus précoce d'entre elles est appelée « syndrome clinique isolé » (SCI). Il s'agit d'un épisode unique de symptômes neurologiques évoquant la sclérose en plaques. À l'examen des clichés produits par l'IRM, le médecin décèle souvent la présence d'anomalies dans le cerveau ou la moelle épinière du patient. La survenue de plusieurs poussées caractérise la **forme**

**cyclique (poussées-rémissions) de la SP**, type d'évolution le plus répandu au moment du diagnostic.

La forme cyclique, également appelée « SP récurrente-rémittente », se distingue par des poussées imprévisibles clairement définies (également appelées « crises » ou « attaques ») qui entraînent l'apparition de nouveaux symptômes ou l'aggravation de symptômes existants. Les poussées sont entrecoupées de rémissions, qui peuvent être complètes ou partielles par rapport à l'état prépoussée et qui persistent de manière évidente pendant un certain temps.

La plupart des gens atteints de SP cyclique verront ultimement leur état évoluer vers la **forme progressive secondaire de la SP (SPPS)**. Cette forme de la maladie se manifeste par une aggravation progressive des symptômes et une fréquence moindre des poussées. Des rémissions mineures et des plateaux sont parfois observés.

La **forme progressive primaire de la SP (SPPP)** se caractérise par une lente accumulation d'incapacités, sans poussées définies. Elle peut se stabiliser pendant un certain temps et même donner lieu à une légère amélioration passagère de l'état de la personne, mais, généralement, elle ne comporte pas de rémissions. Environ 15 p. 100 des personnes qui ont reçu un diagnostic de SP présentent cette forme de la maladie. Soulignons par ailleurs qu'approximativement 5 p. 100 des personnes atteintes de SP progressive primaire éprouvent d'emblée une aggravation soutenue de la maladie, accompagnée de poussées occasionnelles.

### **Traitements de la SP**

Les **médicaments modificateurs de l'évolution de la SP (immunomodulateurs)** agissent sur les mécanismes pathologiques sous-jacents de cette maladie. Ciblant certains aspects du processus inflammatoire, ils semblent diminuer la fréquence et la gravité des poussées, réduire le nombre des lésions du cerveau et de la moelle épinière mises en évidence par l'IRM et ralentir l'accumulation des incapacités. En raison de leur mode d'action, ces médicaments sont administrés aux personnes atteintes d'une forme cyclique de SP.

Les **médicaments utilisés dans le traitement des poussées**, à savoir les corticostéroïdes, permettent d'atténuer la gravité et la durée des poussées de SP en réduisant l'inflammation présente dans le système nerveux central.

Les **médicaments employés pour la prise en charge des symptômes** permettent d'atténuer de nombreux symptômes de la SP tels que la fatigue, la spasticité et la douleur.

Ces médicaments sont offerts à toutes les personnes atteintes de sclérose en plaques, quelle que soit la forme de SP qu'elles présentent.

En outre, certaines stratégies non médicales peuvent améliorer la qualité de vie des personnes aux prises avec la SP. Parmi les activités favorisant le mieux-être on compte notamment des programmes d'exercices, la physiothérapie, le massage et des techniques de réduction du stress. Ces stratégies occupent une place primordiale dans la prise en charge de toutes les formes de SP.

### **Nous pouvons vous aider**

La Société de la SP offre une vaste gamme de programmes et de services conçus pour aider les personnes touchées par la SP à bien composer avec cette maladie et à la prendre en charge. Les programmes et les services offerts, qui varient d'une province à l'autre, relèvent des domaines suivants :

- information et orientation;
- groupes d'entraide et de soutien;
- activités récréatives, sociales ou axées sur le mieux-être;
- conférences et programmes d'enseignement;
- subventions pour la qualité de vie;
- relations avec les gouvernements et défense des droits et des intérêts.

### **Recherche : entretenir l'espoir d'un avenir meilleur**

La recherche subventionnée par la Société canadienne de la SP vise divers objectifs principaux et consiste en des études ciblées ou entreprises à l'initiative de chercheurs, portant sur la progression, les traitements, la cause et les facteurs de risque de la SP ainsi que sur la dégénérescence et la régénération neuronales, la prise en charge des symptômes de SP et la qualité de vie des personnes touchées par cette maladie.

Il s'agit de travaux effectués en laboratoire (recherche fondamentale) ou dans le cadre d'essais cliniques ou d'études sur divers aspects d'un mode de vie sain. La plupart des études sur la SP relèvent de la recherche fondamentale : elles visent notamment à mettre au jour le mode de fonctionnement complexe du système nerveux central.

### **Réseau de connaissances sur la SP**

Le Réseau de connaissances sur la SP est un système d'information et d'orientation mis sur pied par la Société de la SP et dirigé par une équipe d'agents (appelés agents info-SP) qui fournissent de l'information et des services de soutien uniformes, fiables et de grande qualité. Les agents info-SP sont accessibles dans tout le pays, du lundi au vendredi, de 8 h à 20 h (HE).

**Téléphone : 1 844 859-6789**

**Courriel : [agentinfosp@scleroseenplaques.ca](mailto:agentinfosp@scleroseenplaques.ca)**