

# LES TROUBLES DE LA SENSIBILITÉ

FRÉQUENTS DANS LA SEP, ILS S'EXPRIMENT DE FAÇON VARIÉE ET DEMANDENT UNE ATTENTION RENFORCÉE, POUR ÉVITER TOUT RISQUE DE BLESSURE.

## 3 GRANDS TYPES DE TROUBLES<sup>1</sup>...



## ET LEURS RÉPERCUSSIONS

### QUELLES SONT LES ZONES ATTEINTES ?

Cela peut concerner tout le corps, comme les mains, bras, jambes, torse et visage.

### C'EST QUOI LA PROPRIOCEPTION ?<sup>2</sup>

La **sensibilité profonde (ou proprioception)** fournit des informations sur la **position relative du corps et des membres dans l'espace.**

**Son altération** empêche de conserver l'équilibre et donc de se déplacer. Elle est aggravée lorsque les repères visuels sont absents (dans l'obscurité).

### CONSEILS PRATIQUES



- ↳ Prendre soin de la zone concernée (crèmes, huiles, massages...)
- ↳ Manipuler avec précaution les objets pointus ou tranchants
- ↳ Vérifier la température d'un liquide avant de le toucher ou le boire
- ↳ Examiner ses mains et ses pieds à la recherche de rougeurs, d'échauffements, d'ampoules...
- ↳ Limiter ses déplacements dans l'obscurité

### QUELLES SOLUTIONS EXISTENT ?<sup>3</sup>



**Prise en charge non-médicamenteuse (kinésithérapie, hypnose, sophrologie, rééducation, etc...)**

**+ traitements antalgiques contre la douleur.**

1. Murphy KL. Neuropathic Pain in Multiple Sclerosis - Current Therapeutic Intervention and Future Treatment Perspectives. 2017  
 2. Toosy A, Ciccarelli O, Thompson A. Symptomatic treatment and management of multiple sclerosis. Handb Clin Neurol. 2014;122:513-62.  
 3. Casez O. Prise en charge symptomatique de la sclérose en plaques. La Lettre du Neurologue, 2014;XVIII(8):290-295.

# LES TROUBLES DE LA SENSIBILITÉ



## TROUBLES SENSITIFS SUBJECTIFS<sup>1</sup>

La perception de sensations anormales - ou **dysesthésie** - est qualifiée de trouble subjectif de la sensibilité. Les sensations décrites ne sont accompagnées d'aucune modification visible sur la peau ; le professionnel de santé ne peut pas les observer.

Ces troubles peuvent prendre de nombreuses formes :

### IMPRESSION DE...

- Ruissellement d'eau sur le corps ou de toile d'araignée sur le visage
- Peau cartonnée
- Marcher sur du coton
- Picotements
- Fourmillements
- Oppression
- Douleur
- Brûlure (en particulier au contact d'un vêtement)
- Décharge électrique...
- Signe de Lhermitte



## TROUBLES SENSITIFS OBJECTIFS<sup>1</sup>

Une diminution de la sensibilité - ou **hypoesthésie** - peut se manifester au toucher, au froid, au chaud, à la brûlure et à la piqûre.

Elle représente un **important risque de blessure** pour une personne atteinte de SEP, puisque son corps ne parvient pas à identifier le danger (de brûlure, en général) à temps.



## À QUOI CORRESPOND LE SIGNE DE LHERMITTE ?<sup>1</sup>



Un symptôme fréquent de paresthésies, y compris dans la SEP, le signe de Lhermitte correspond à **une impression de décharge électrique** le long de la colonne vertébrale et/ou des membres, lors d'**une flexion de la nuque**.



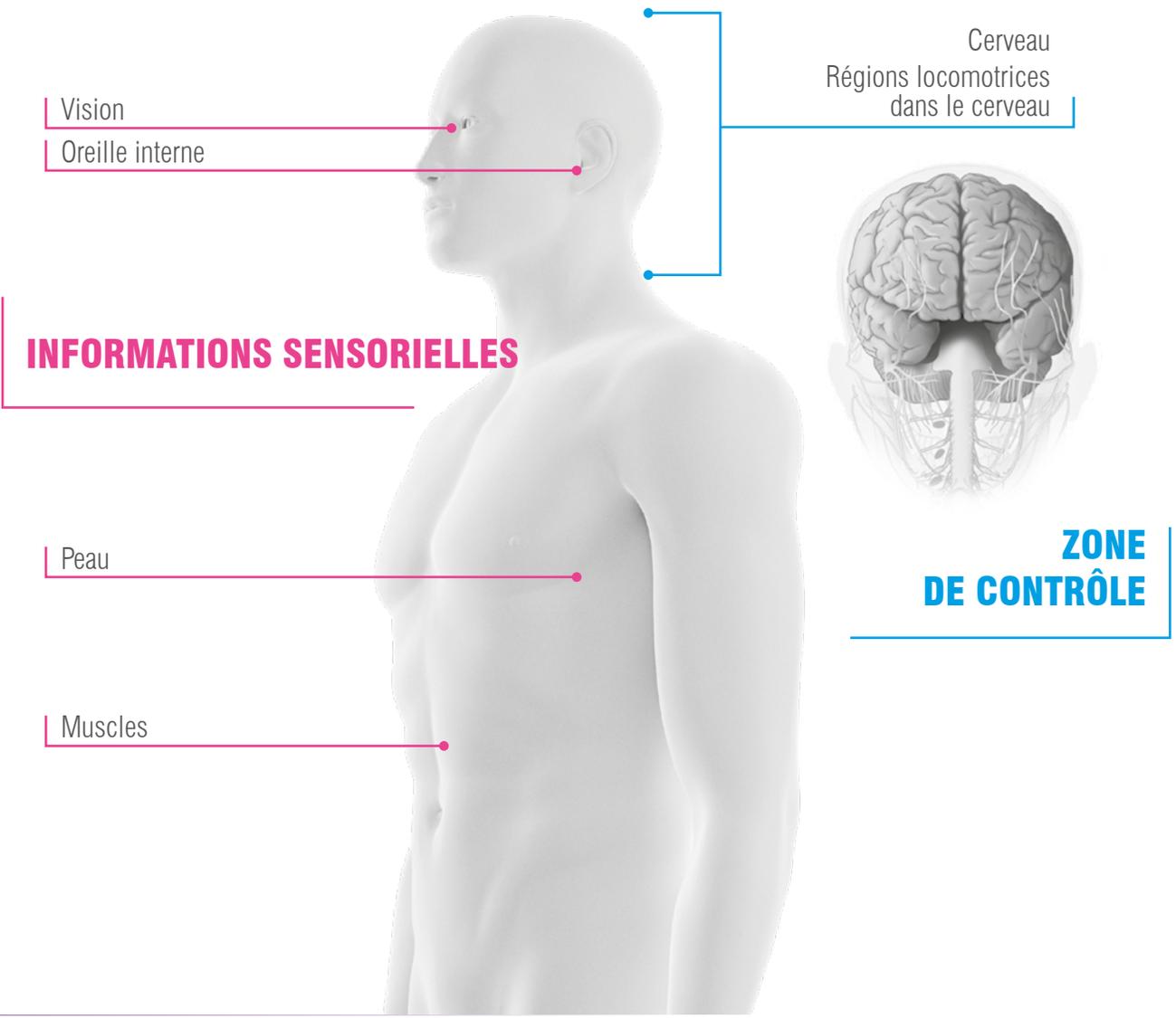
## À NOTER<sup>2</sup>

Les troubles sensitifs pourraient être exacerbés par une exposition à la chaleur ou suite à une fatigue profonde.

1. Murphy KL. Neuropathic Pain in Multiple Sclerosis - Current Therapeutic Intervention and Future Treatment Perspectives. 2017  
2. Cameron MH, Balance, gait, and falls in multiple sclerosis. Handb Clin Neurol. 2018

# LES TROUBLES DE L'ÉQUILIBRE

SYSTÈMES RESPONSABLES DE L'ÉQUILIBRE<sup>1</sup>.



**RISQUE**  
=  
**UNE CHUTE**  
(avec ses conséquences)



## CONSÉQUENCES<sup>2</sup>

- ↳ Marche instable
- ↳ Vertiges
- ↳ Impression d'être instable, voire d'être ivre

1. Dupui P. Bases neurophysiologiques du contrôle postural. Paillard T. Posture et équilibration humaine. De Boeck Supérieur, 2016.  
2. Cameron MH, Nilsagard Y. Balance, gait, and falls in multiple sclerosis. Handb Clin Neurol. 2018

# LES TROUBLES DE L'ÉQUILIBRE

## SYSTÈMES RESPONSABLES DE L'ÉQUILIBRE<sup>1</sup>

La marche échappe largement au contrôle conscient : il s'agit d'un **mouvement automatisé**.

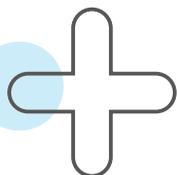
Elle est déclenchée par une commande descendante provenant des régions locomotrices situées dans le tronc cérébral.

Le **cervelet joue également un rôle de contrôle** permanent de l'exécution de la commande motrice et de l'adaptation aux contraintes extérieures.



IL EXISTE ÉGALEMENT DES AFFÉRENCES SENSORIELLES PERMETTANT LE CONTRÔLE DE LA MARCHÉ.

IL S'AGIT DE LA SENSIBILITÉ PROPRIOCEPTIVE ET CUTANÉE, MAIS ÉGALEMENT DES ENTRÉES VESTIBULAIRES ET VISUELLES.



SeP



## UNE PRISE EN CHARGE MULTIPLE

- ↳ Une **rééducation spécifique** peut être réalisée avec un **kinésithérapeute**.
- ↳ **Des aides techniques** peuvent être préconisées, comme une canne de marche.
- ↳ **Des approches plus ludiques** ont été testées comme des jeux vidéos à base d'exercices physiques à l'aide d'une console équipée de manettes qui localisent les mouvements dans l'espace.

## CÔTÉ PRÉVENTION

**l'intervention d'un ergothérapeute** au domicile du patient permet d'adapter l'environnement afin de prévenir les chutes.

# LA SPASTICITÉ

## QU'EST-CE QUE LA SPASTICITÉ ?

L'augmentation du tonus musculaire **lors de l'étirement du muscle**, entraîne :

- ↳ **Une raideur musculaire** persistante
- ↳ **Des spasmes** (contractures d'apparition soudaine)
- ↳ ou **les deux**

## ... QUI PEUVENT ENTRAVER LA MOBILITÉ



## QUELLE ORIGINE ?

**La spasticité est probablement liée** aux troubles de la conduction nerveuse, secondaires aux lésions qui touchent les fibres nerveuses situées dans le système nerveux central.



## LA GESTION AU QUOTIDIEN UN TRAVAIL D'ÉQUIPE

**Vous-même / Médecin traitant / Neurologue / Infirmier /  
Kinésithérapeute / Pharmacien / Ergothérapeute**

## SYMPTÔME FRÉQUENT DE LA SEP RETROUVÉ CHEZ PLUS DE

# 80% DES PATIENTS

Principalement sur les muscles extenseurs des jambes et fléchisseurs des bras.



SeP

## COMMENT LA DIMINUER ?

- ↳ **Étirements** réalisés par le kinésithérapeute ou auto-étirements
- ↳ **Activité physique adaptée** : yoga stretching, pilates
- ↳ **Exercices personnalisés** pour le quotidien, avec l'aide d'un ergothérapeute
- ↳ **Orthèses**
- ↳ **Adaptation de votre environnement** personnel et professionnel
- ↳ **Aides techniques**
- ↳ **Douches ou bains froids**
- ↳ **Médicaments** : anti-spastiques, décontractants musculaires
  - Si spasticité focale : Injections intramusculaires de toxine botulique

