

Sam Et Pat'

une famille formidable !

Des images et des mots
pour expliquer la **SEP** aux enfants

Mieux connaître
la SEP
Patient





Comité scientifique

Pr Bertrand Fontaine

Professeur de Neurologie
Faculté Médecine Pitié-Salpêtrière (Paris)

Pr Catherine Jusselme

Professeur de Pédopsychiatrie (Paris XI)
Fondation Vallée (Gentilly)

Dr Yann Mikaeloff

Neuropédiatre, Neuroépidémiologiste
CHU Bicêtre (Le Kremlin Bicêtre)

Pr Marc Tardieu

Neuropédiatre
CHU Bicêtre (Le Kremlin Bicêtre)

Conception/scénario

Dr Pascale Lefèvre

Illustrations/mise en page

Claire Savourat

Édition

Impact Médicom

Contact Dr Claudine du Fontenioux : c.dufontenioux@impact-medicom.com

Sommaire

Préface 6

Les histoires

Le conseil de famille 9

Tel est pris qui croyait prendre 19

Des vacances inoubliables ! 25

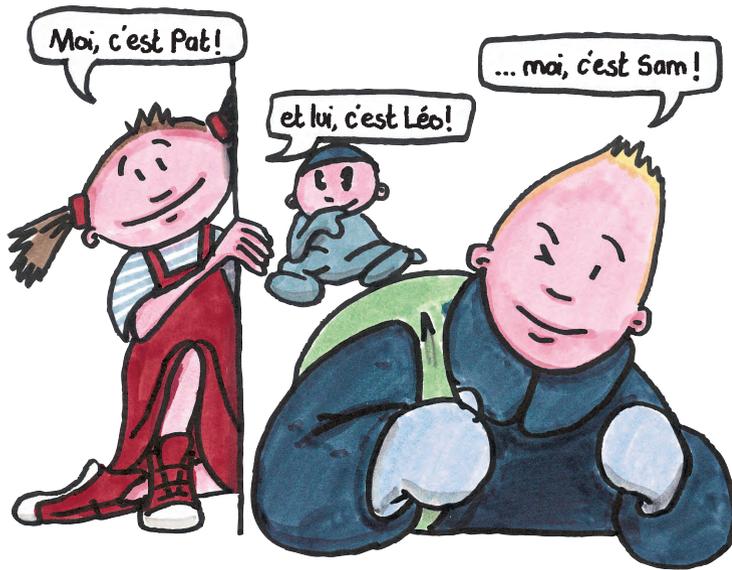
Drôles de cannes! 33

Et toi... qu'en penses-tu? 18, 24, 32, 38

A toi... de jouer! 39

P'tit dico 62

Pour chaque mot écrit en [bleu](#), tu trouveras une explication dans le P'tit Dico



Ton papa, ta maman ou quelqu'un d'autre que tu connais bien a une sclérose en plaques (SEP). De temps en temps, cela le ou la rend malade ou fatigué(e). Parfois, il ou elle doit prendre des médicaments ou aller à l'hôpital. Forcément, tout le monde se soucie pour celui qui est malade.

On voudrait bien que la maladie n'existe pas, mais ce n'est pas possible.

Et toi ? Est-ce qu'on t'en a parlé ? Est-ce que quelquefois tu as trouvé qu'on s'occupait moins de toi ? Tu verras : c'est ce qui arrive à Sam et Pat. Sam souvent, il n'est pas d'accord. Pat, elle est trop petite mais elle fait comme Sam.

On a imaginé ces histoires, que tu vas lire, pour que ce soit plus facile de parler de la sclérose en plaques aux autres.

Cela ne doit pas être si simple puisqu'on s'y est mis à cinq docteurs et une dessinatrice !

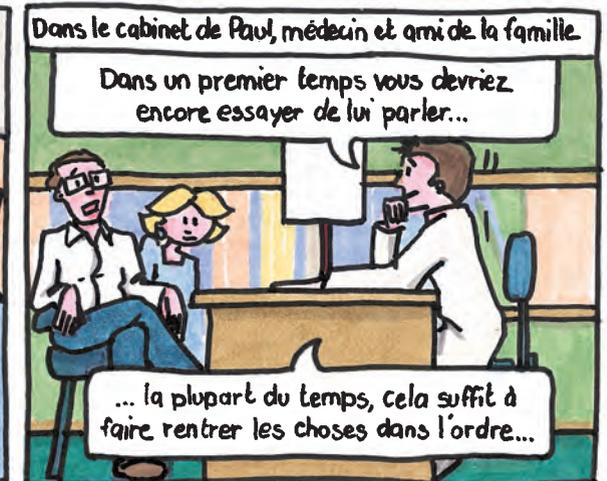
Peut-être qu'on aurait dû te demander ton avis à toi aussi ?

Les auteurs

Depuis quelques semaines, rien ne va plus chez Sam et Pat. Maman est devenue très irritable et se met en colère pour un rien ! Elle se dispute même avec Papa et tous les deux ont souvent des conversations « secrètes ».



Le conseil de famille



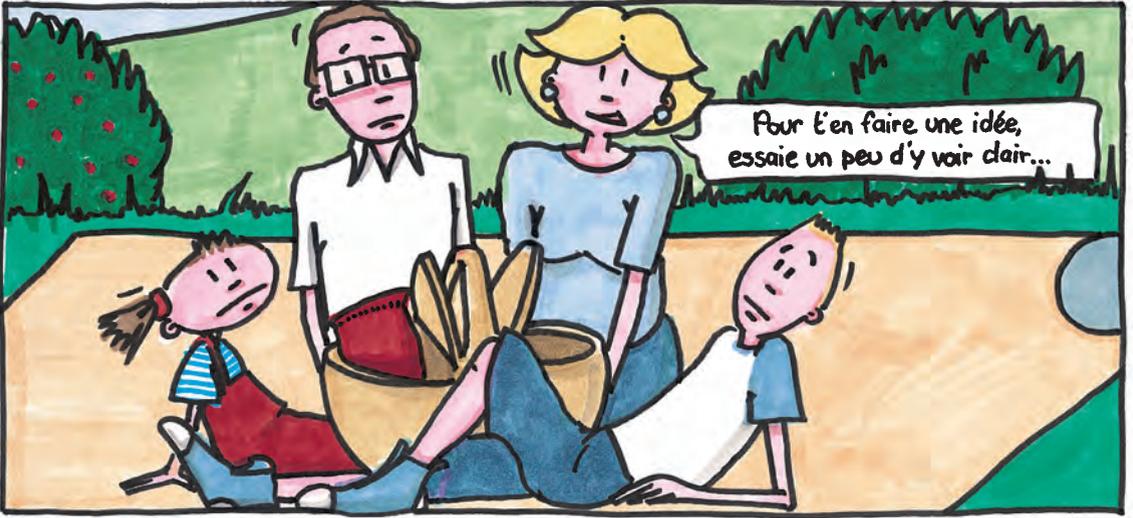


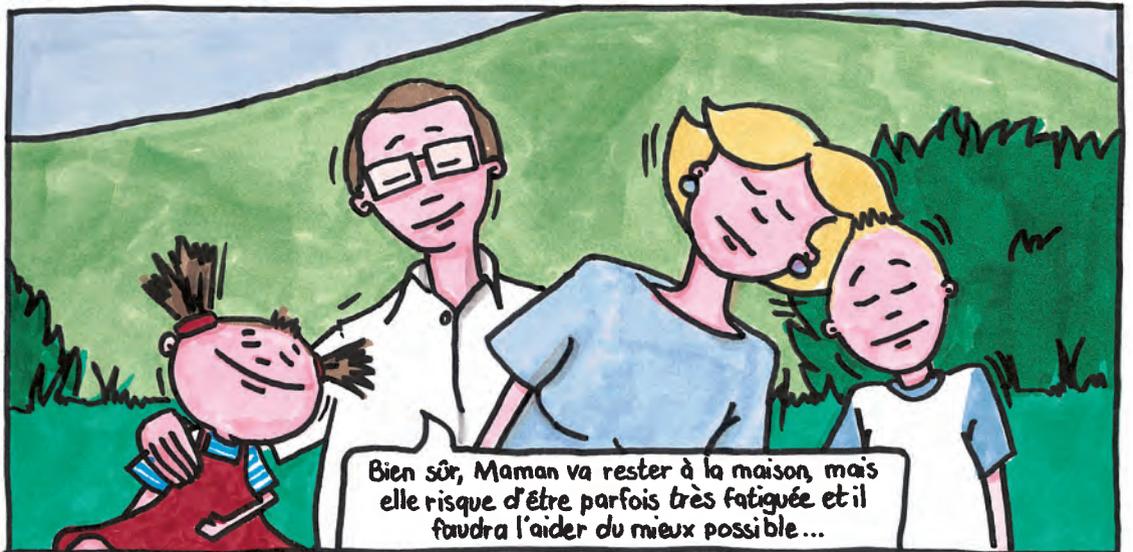
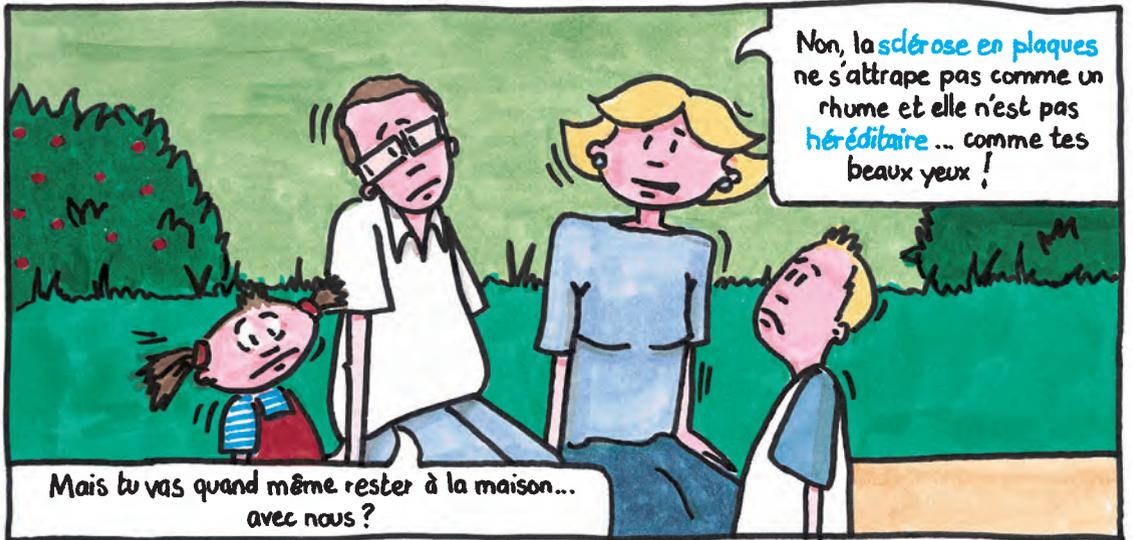
Le conseil de famille











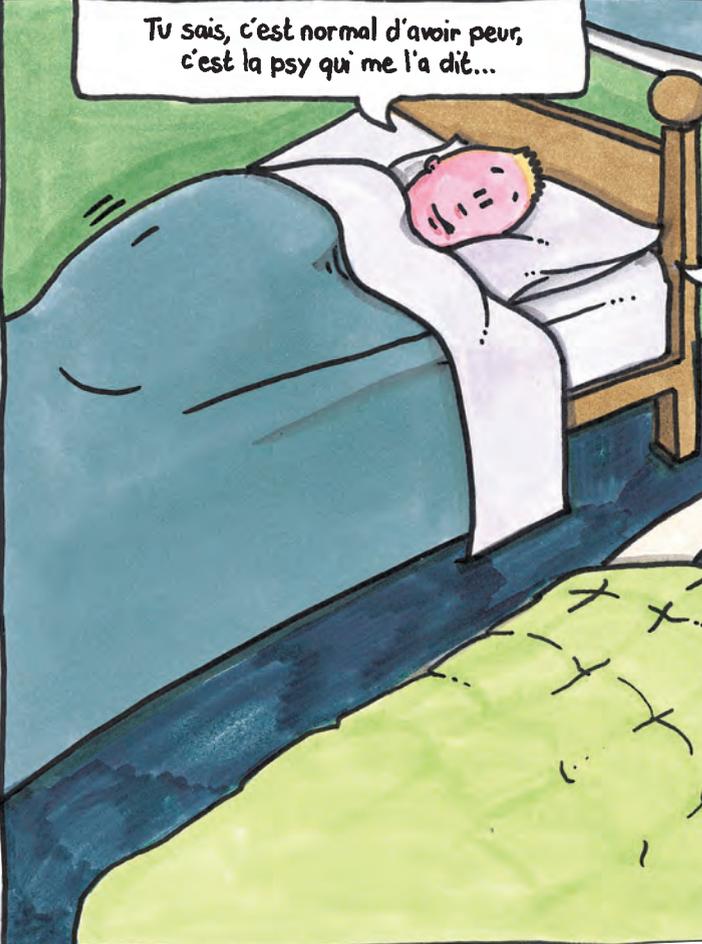
Le soir même, dans la chambre de Sam.

A cartoon illustration of a boy with spiky hair lying in bed, looking thoughtful.

Je suis rassuré de savoir que Papa et Maman ne se disputent pas, c'est autre chose!

A cartoon illustration of a girl with pigtails lying in bed, looking thoughtful.

Moi aussi je suis contente... mais j'ai quand même peur pour Maman...

A cartoon illustration of Sam in bed, speaking to the girl.

Tu sais, c'est normal d'avoir peur, c'est la psy qui me l'a dit...

A cartoon illustration of the girl in bed, speaking to Sam.

... Elle m'a dit aussi que je pouvais aller la revoir quand je voulais... Si tu veux, on ira tous les deux...

A cartoon illustration of the girl in bed, looking thoughtful.

Humm...

Et toi, qu'en penses-tu ?



Avant d'apprendre que ton papa ou ta maman était atteint(e) de la **sclérose en plaques (SEP)**, avais-tu déjà entendu parler de cette maladie ?

Tes parents t'ont-ils expliqué ce que c'est comme maladie ?



En as-tu peur ?

Crains-tu de l'avoir toi-même un jour ?

Es-tu inquiet pour ton papa ou ta maman ?



Es-tu gêné d'en parler ?

Penses-tu qu'il serait plus facile de le faire avec une personne extérieure, une **pédopsychiatre** par exemple, qu'avec tes parents ?

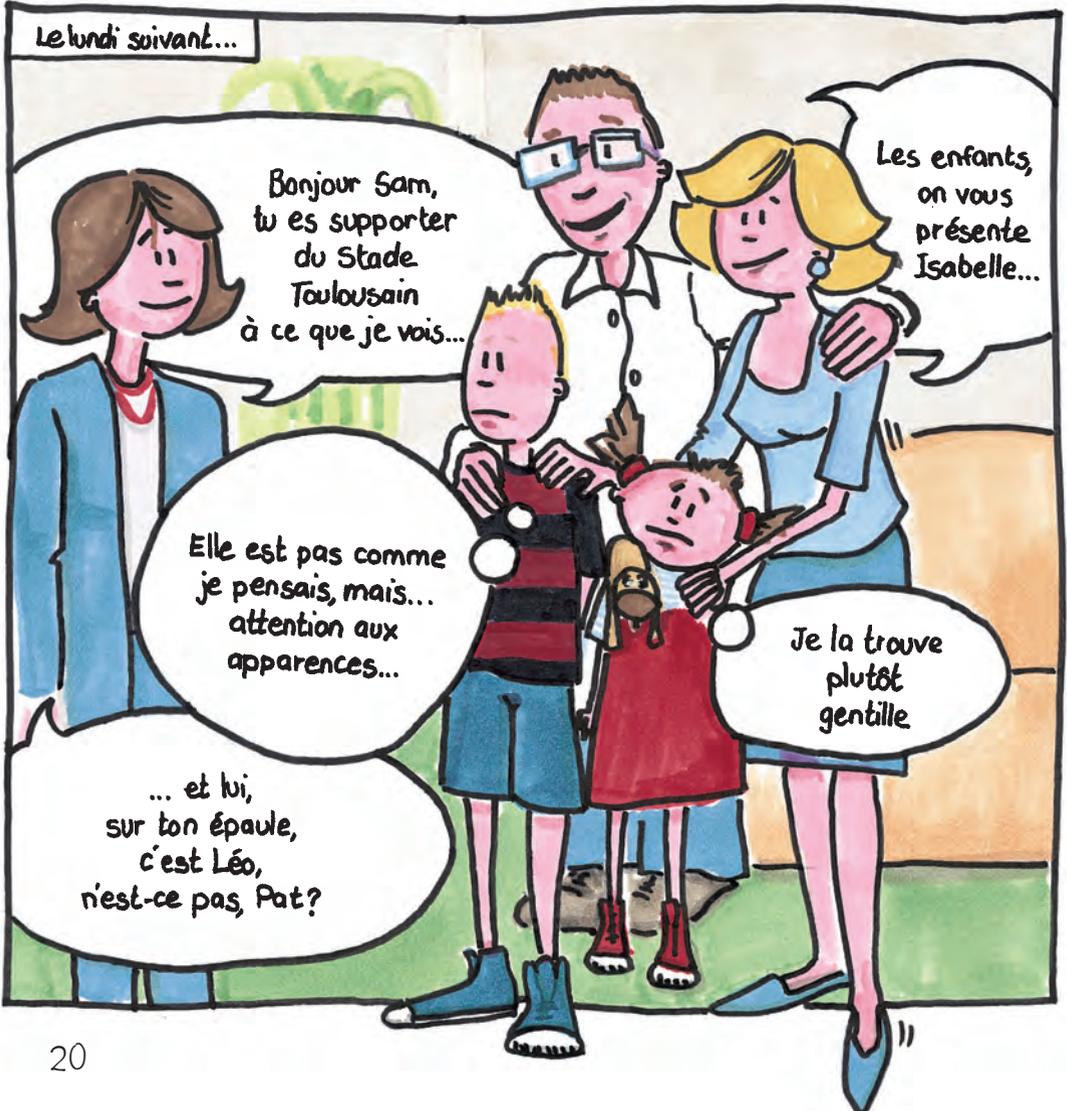
Tu peux en parler avec ton papa ou ta maman
si tu le souhaites...

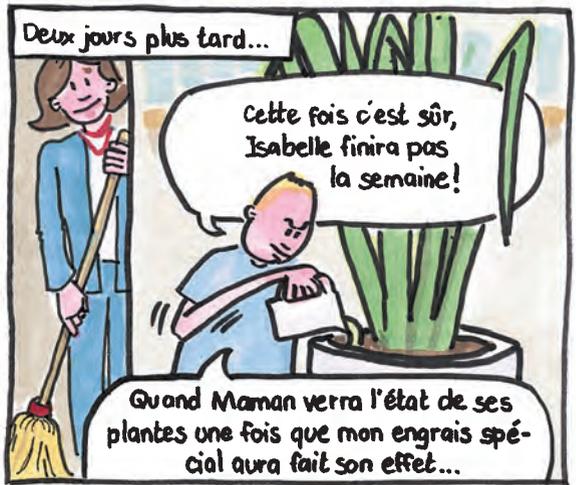
Tel est pris qui croyait prendre

Les parents de Sam et Pat leur ont annoncé qu'à partir de la semaine prochaine, une aide à domicile, Isabelle, viendra chaque jour à la maison afin d'aider Maman dans les tâches ménagères. Ils comptent sur eux pour lui faire bon accueil!



Tel est pris qui croyait prendre





Tel est pris qui croyait prendre

Au fil du temps, les enfants apprennent à connaître Isabelle et l'apprécient chaque jour davantage

Chouette, des crêpes! Y'a longtemps qu'on en n'a pas mangé! Maman n'a jamais le courage et Papa jamais le temps!

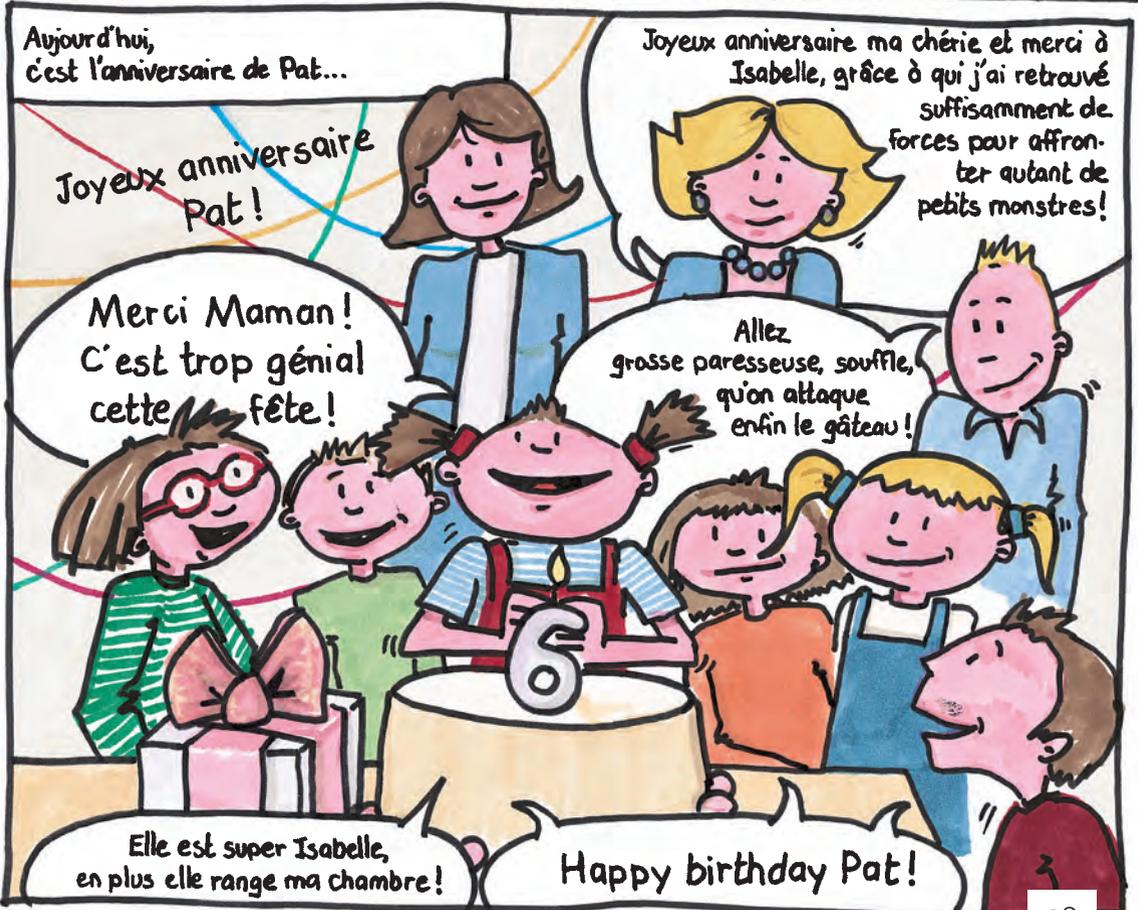
Tu sais Sam, ces derniers temps ta maman était très fatiguée...

Je sais, mais maintenant que tu es là, ça va beaucoup mieux...

Vas y Sam, fais-la sauter, jusqu'au plafond!...

... d'ailleurs, elle est de bien meilleure humeur!

Ça c'est vrai, elle a même promis...



Et toi, qu'en penses-tu ?



T'arrive-t-il de penser parfois que ta maman ou ton papa se désintéresse de toi ?

As-tu déjà eu peur d'être abandonné ?



Es-tu content et fier d'aider tes parents à la maison ?

Aimerais-tu qu'une aide à domicile vienne chez toi ?



Qu'est-ce que cela changerait pour ta maman ou ton papa ?

Et pour toi ?

Tu peux en parler avec ton papa ou ta maman
si tu le souhaites...

Des vacances inoubliables!

Les vacances de février approchent et dans la cour de récréation on ne parle plus que de cela...



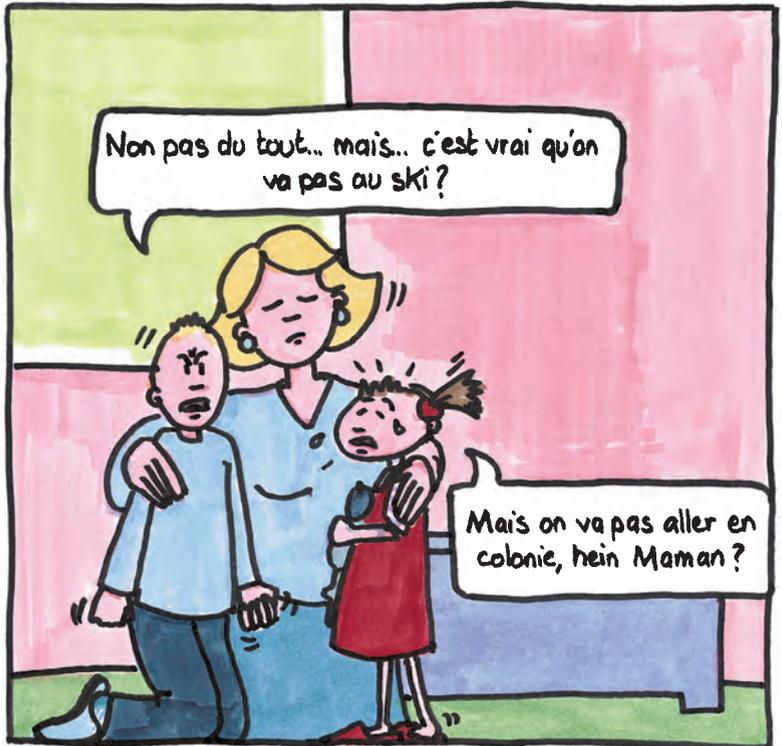




Des vacances inoubliables!



Mais qu'est-ce qui se passe ici... vous êtes encore en train de vous disputer ?



Non pas du tout... mais... c'est vrai qu'on va pas au ski ?

Mais on va pas aller en colonie, hein Maman ?

Ecoute Sam, je comprends ta déception, et si tu y tiens vraiment nous irons aux sports d'hiver, mais je ne pourrai pas skier avec vous comme d'habitude...



De toute façon, sois tranquille Pat, nous passerons les vacances ensemble, tous les quatre.

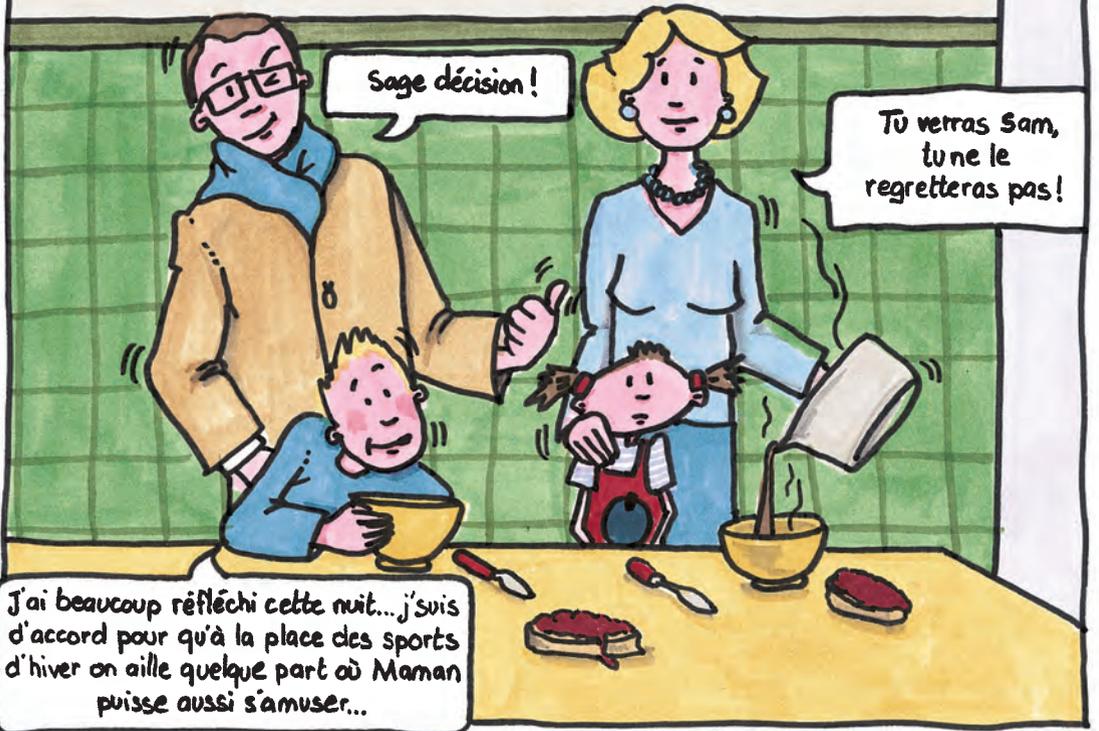


Ouf, j'avais trop peur d'aller en colo !

Cette nuit là, Sam a du mal à dormir...



Le lendemain matin...



Des vacances inoubliables!

Les vacances sont terminées, c'est le jour de la rentrée...

Alors, le roi du snowboard! ?

Vacances horribiles! J'ai attrapé la varicelle et j'ai pas pu mettre le nez dehors!

Hi Hi Hi... Et toi Sam... ?

Moi non plus, j'ai pas skié... mais j'ai quand même passé des vacances inoubliables! D'ailleurs j'ai préparé un super exposé avec des tas de photos!

?

?

?

Plus tard, en classe...

Là, c'est quand on a visité l'élevage de rennes, c'est ma mère qui a pris les photos... et là c'est une partie de pêche sur glace!

Aouh c'est une superpro de la photo! ça a l'air rudement beau là-bas!

Aouh! c'est trop bien la Laponie!

T'en as de la chance Sam!

Et toi, qu'en penses-tu ?



As-tu déjà regretté de ne plus pouvoir faire certaines choses avec ton papa ou ta maman malade ?

Cela t'a-t-il parfois mis en colère ou rendu malheureux ?



Acceptes-tu facilement les changements de vie liés à la maladie de ton papa ou de ta maman ?

T'arrive-t-il de lui en vouloir ?



As-tu découvert d'autres activités à partager avec ton papa ou ta maman malade ?

Penses-tu que cela puisse l'aider à supporter sa maladie ?

Tu peux en parler avec ton papa ou ta maman si tu le souhaites...

Dans un mois, c'est la fête de l'école. Comme tous les ans, élèves et enseignants joignent leurs efforts pour que spectacles et animations soient une réussite totale!... Ce matin, dans la classe de CM2...

Un peu de calme, les enfants!
Pas tous à la fois
et levez la main!

Et si on faisait
un spectacle
de dragons!

... pourquoi pas
les sorciers!

... ou bien
les cinq
continents!

Pfff!... C'est nul,
pourquoi pas les légumes
pendant que vous y êtes!

... pfff !!





Après la récréation...

Les enfants, j'ai une proposition à vous faire : nous allons organiser une exposition suivie d'une vente aux enchères de cannes que vous allez décorer vous-mêmes! Quant au spectacle...

On pourrait faire un spectacle de Charlot!

Excellente idée Max!



Les semaines suivantes...

Je vais faire une canne spéciale agent secret!

Attention, il faut que ta canne soit solide...

Et moi, une canne pour golfeur, pour mon père!



Celle-là, elle va plaire à mon grand-père, elle ira bien avec son chapeau tout rond...

Regardez la mienne, elle fera le tour du monde

Quelle imagination, Tom!

J'espère que j'aurai fini à temps!





Et toi, qu'en penses-tu ?



T'arrive-t-il parfois d'être gêné vis-à-vis des autres à cause du handicap de ton papa ou ta maman ?

En as-tu déjà parlé avec eux ?



A ton avis, qu'en pensent tes camarades ?

As-tu déjà été victime de moqueries à ce sujet ?



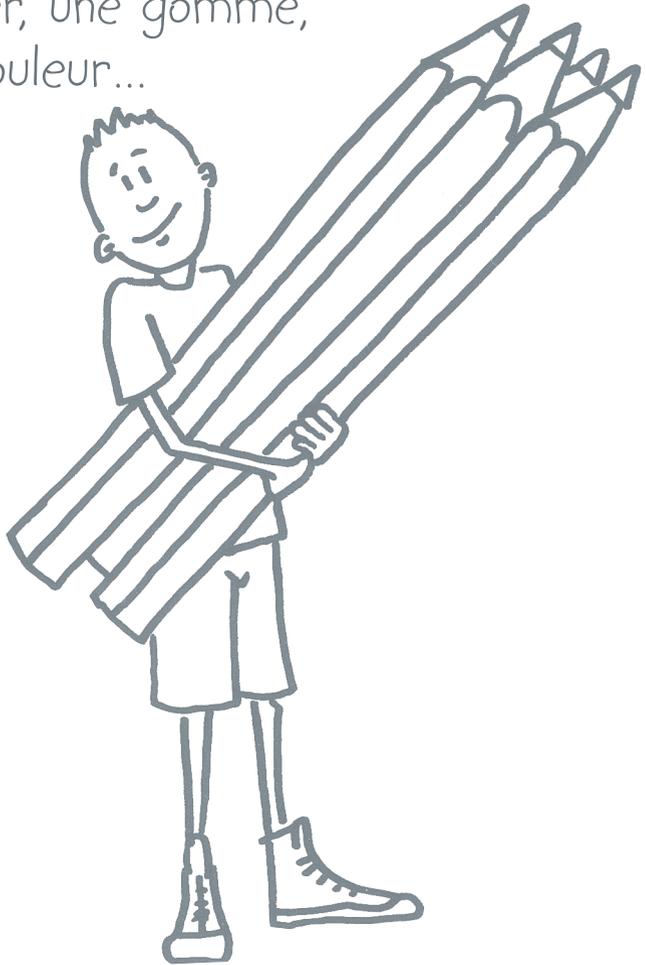
Comment as-tu réagi ?

Et toi, quel est ton sentiment vis-à-vis de ce handicap ?

Tu peux en parler avec ton papa ou ta maman
si tu le souhaites...

A toi de jouer!

Pour cela il te faut
un crayon à papier, une gomme,
des crayons de couleur...
et un peu
d'imagination!



Mot pêle-mêle



Les lettres d'un mot ont été déposées
à mesure qu'il était épilé.
Reforme ce mot en observant l'ordre
dans lequel les lettres ont été placées.

Réponse : neurone



A toi de jouer!

Dessine-moi...

Le ring de boxe

*Tu éprouves un sentiment de colère...
défoule-toi sur ce ring!*

A toi de jouer!



Charade

Mon 1^{er} est la 3^{ème} voyelle de l'alphabet,
mon 2^{ème} est le nom donné au changement de peau du serpent,
c'est dans mon 3^{ème} que les oiseaux couvent leurs œufs,
mon 4^{ème} est une enveloppe de tissu qui recouvre ton oreiller...

Mon tout te protège d'un grand nombre d'infections.

Réponse : i + m u e + n i d + t o i e = i m m u n i t é

Les 2 font la paire...

Associe 3 paires de mots qui forment 3 expressions, il te restera un seul mot qui ne pourra pas être associé à un autre.

Menton

vision

SENS

double

unique

TRIPLE

Réponse : triple menton, vision double, sens unique

Charade

Mon 1^{er} se fait avec des lacets,
mon 2^{ème} se fait attendre après le biberon du bébé
mon 3^{ème} est un autre nom pour maison...

Mon tout étudie les maladies du système nerveux.

Réponse : n œ u d + r o t + l o g i s = n e u r o l o g i e

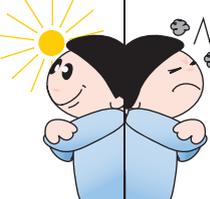


L'échiquier des symptômes

Sur chaque case blanche de cet échiquier est illustré un symptôme possible de la SEP.

Sur les cases colorées sont inscrits les noms des symptômes.

Identifie chaque illustration et relie-la au symptôme correspondant puis entoure les symptômes que ton papa ou ta maman malade a déjà eus.

	1	2	3	4
A	Troubles de la vue		Jambes lourdes	
B		Perte de sensibilité		Pertes d'équilibre
C	Maladresse		Troubles de l'humeur	
D		Fatigue		Troubles de la mémoire

Réponse : A1 & C2 - A3 & D1 - B2 & C4 - B4 & A2 - C1 & D3 - C3 & B3 - D2 & A4 - D4 & B1

A chaque mot... sa définition

Essaie de relier par un trait chaque mot à sa définition

A

Système
nerveux
central

1. C'est le médecin spécialiste des maladies du cerveau et des nerfs.

B

Influx nerveux

2. Il donne des ordres envoyés sous la forme de décharges électriques.

C

Nerf

3. Il transporte les messages du cerveau à chaque muscle et organe et ramène au cerveau des informations sur ce qui se passe dans notre corps et à l'extérieur.

D

Poussée

4. C'est une période de temps pendant laquelle la maladie reste « endormie ».

E

Neurologue

5. C'est une substance qui forme une enveloppe autour des axones.

F

Cerveau

6. Elle correspond au « réveil » de la maladie et entraîne l'apparition de nouveaux troubles.

G

Myéline

7. C'est un long prolongement du neurone qui transmet l'influx nerveux au neurone suivant.

H

Rémission

8. C'est grâce à lui que se transmet l'information d'une cellule nerveuse à une autre.

I

Axone

9. Il est composé du cerveau et de la moelle épinière.

Réponse : A-9, B-8, C-3, D-6, E-1, F-2, G-5, H-4, I-7

Charade

Mon 1^{er} est le contraire du bien.

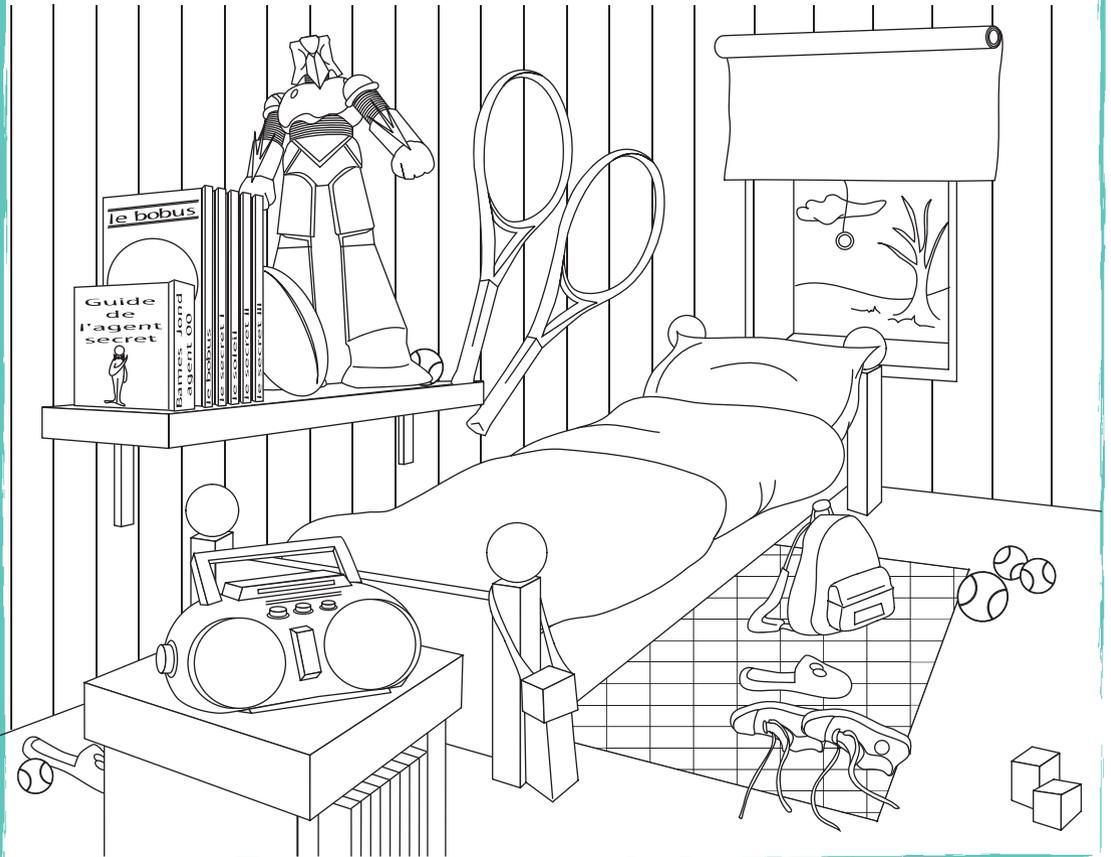
Si tu oublies d'écrire mon 2^{ème} sur l'enveloppe, ta lettre n'arrivera pas!

Mon tout est un manque d'habileté.

Réponse : mal + adresse = maladresse

A tes crayons de couleur !

Utilise tes couleurs favorites pour colorier la chambre de Sam



A toi de jouer!

Copie non conforme...

7 erreurs se sont glissées entre les deux illustrations, regarde bien et retrouve-les!



Réponses : La lettre C sur le pot, le coller de l'aide à domicile, le pouce de Sam, les yeux de Sam, la couleur des cheveux de Sam, l'élastique de la couette de Pat, le pull de Pat.



Mot pêle-mêle



Les lettres d'un mot ont été déposées à mesure qu'il était épilé.

Reforme ce mot en observant l'ordre dans lequel les lettres ont été placées.

Réponse : maladroite

Charade

Mon 1^{er} est un animal de la forêt portant des bois,
mon 2^{ème} est le petit de la vache...

Mon tout est contenu dans le crâne.

Réponse : cerf + veau = cerveau

IRM = Imagerie par Résonance Magnétique,
mais aussi...

I nformation R éservée aux M oldus* I diot R apporteur et M enteur

I nterdit de R entrer chez M oi

Mais encore... maintenant à toi de compléter

I..... R..... M.....

I..... R..... M.....

* Nom désignant tous ceux qui ne sont pas « sorciers » selon J. K. Rowling, auteur des célèbres « Harry Potter »

A toi de jouer!

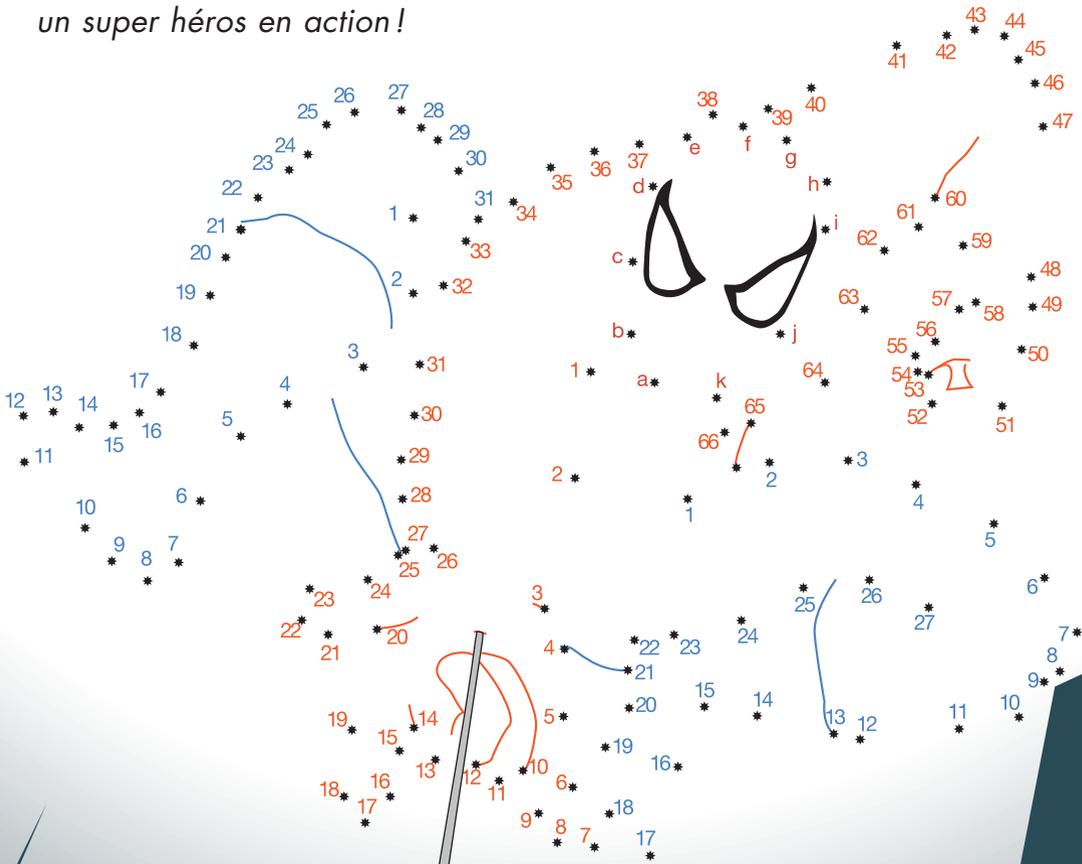
Le labyrinthe

Sam voudrait bien rejoindre rapidement Pat qui l'attend devant le marchand de glace, un cornet fraise-vanille à la main pour lui. Mais à cause d'une jambe dans le plâtre, il ne peut se déplacer facilement...
A sa place quel chemin emprunterais-tu pour arriver le plus vite possible en évitant les obstacles avant que la glace ne fonde complètement?



Dans les étoiles...

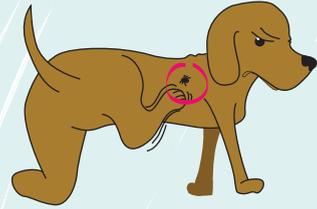
En reliant une à une toutes les étoiles dans le ciel, tu retrouveras un super héros en action!



A toi de jouer!

Rébus: Trouve la science qui étudie l'hérédité.

Tu as
Il a
Nous avons
Vous avez
Ils ont



Réponse : l'oi + nez + tique = génétique

Les 2 font la paire

Associe 3 paires de mots qui forment 3 expressions, il te restera un seul mot qui ne pourra pas être associé à un autre.

Peau

œil

vif

DURE

neuve

dent

propre

Réponse : peau neuve, dent dure, œil vif

Charade

Mon 1^{er} est handicapé,
mon 2^{ème} est avant aujourd'hui...

Mon tout est une personne qui soigne



Réponse : infirme + hier = infirmière



L'épreuve de vérité

Parmi les 10 propositions suivantes, certaines sont vraies, d'autres sont fausses. A toi de retrouver la vérité...

- | | vrai | faux |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1. La SEP est une maladie du système nerveux central | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. La SEP touche plus souvent les hommes que les femmes | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. La SEP est une maladie mortelle | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. La SEP atteint surtout les enfants | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. La SEP est une maladie contagieuse, comme la grippe | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Les symptômes de la SEP peuvent être différents d'une personne à une autre | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. On dit que la SEP est en rémission lorsque les symptômes disparaissent ou sont moins importants qu'avant | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. La poussée, c'est l'apparition de nouveaux symptômes ou l'aggravation des symptômes déjà présents | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. Toutes les personnes qui ont la SEP ne peuvent plus pratiquer de sport | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. La SEP, il vaut mieux ne pas en parler | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Résultats : 1 point pour chaque réponse « vrai » aux n° 1-6-7-8
1 point pour chaque réponse « faux » aux n° 2-3-4-5-9-10

Si tu as obtenu **8 points ou plus, bravo!** Tu connais très bien la SEP!

Si tu as obtenu **5 à 7 points**, tu connais bien la SEP!

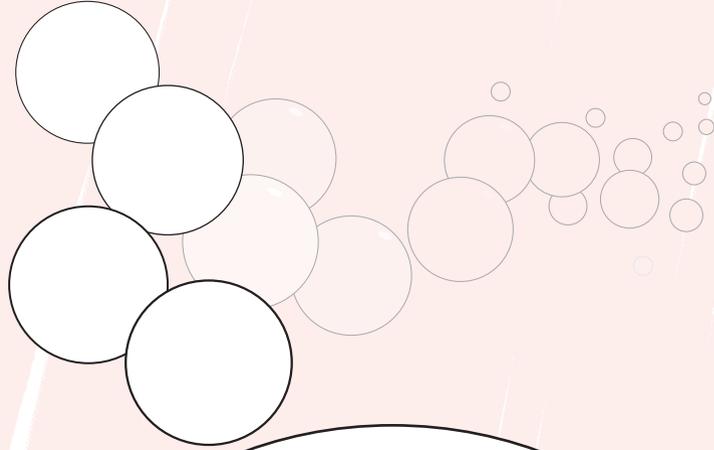
Si tu as obtenu **moins de 5 points**, les réponses à ce jeu ainsi que les définitions que tu trouveras dans **le P'tit dico** t'aideront certainement à mieux connaître la SEP.

A toi de jouer!

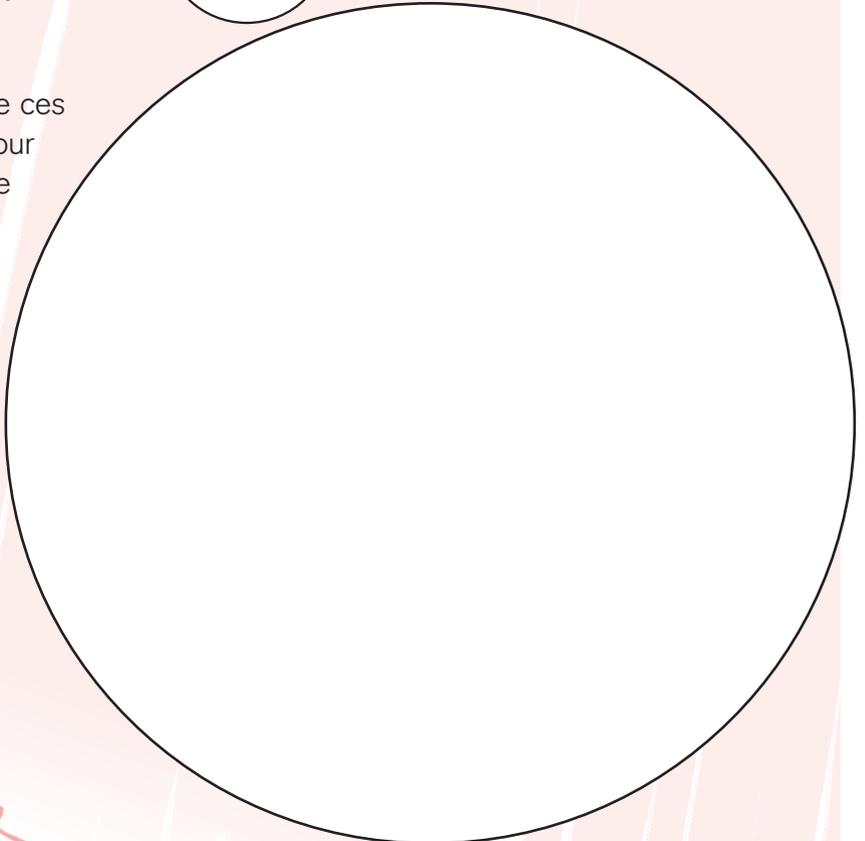
Une bulle d'émotions

Choisis, dans la liste d'émotions ci-dessous, les 4 que tu ressens le plus souvent, puis attribue à chacune d'entre elles une couleur différente.

1. Joie
2. Tristesse
3. Colère
4. Peur
5. Amour
6. Confiance
7. Impuissance



Ensuite, utilise ces **4 couleurs** pour remplir la bulle ci-dessous en montrant l'importance qu'occupe chacune de ces **4 émotions** dans ta vie.



Les nerfs « en pelote »

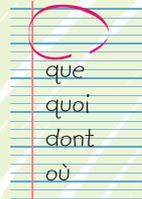
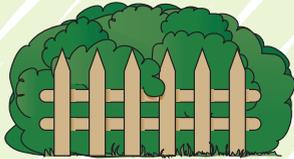
Retrouve (sans t'énerver!)
le bon chemin qui va
amener l'information
donnée par le cerveau
jusqu'à la main
qui dessine!



Mon Rébus est le contraire d'équilibre.



s'



Réponse : de + s' + hate + qui + libre = déséquilibre

A toi de jouer!

Mot pêle-mêle

Fatigue

Les lettres d'un mot ont été déposées à mesure qu'il était épilé.

Reforme ce mot en observant l'ordre dans lequel les lettres ont été placées.

Réponse : fatigue

Les 2 font la paire...

Associe 3 paires de mots qui forment 3 expressions, il te restera un seul mot qui ne pourra pas être associé à un autre.

Moelle

épineière

lomBAIRE

influx

PONCTION

nerveux

REPLUX

Réponse : moelle épinière, ponction lombaire, influx nerveux

Charade

Mon 1^{er} sert à cuire le pain ou les pizzas...

mon 2^{ème} est la partie molle du pain,

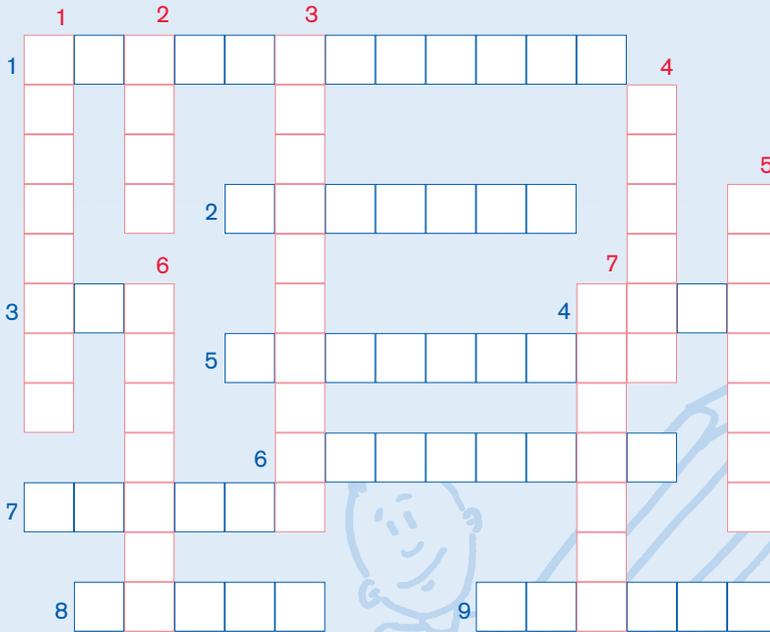
mon 3^{ème}, au pluriel, te sert à voir

mon 4^{ème} ne dit pas la vérité...

Mon tout est une sensation bizarre dans les bras et dans les jambes

Réponse : four + mie + yeux + ment = fourmillement

Mots croisés

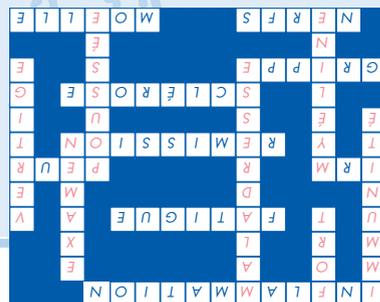


Horizontalement

1. Dans la SEP, l'enveloppe des nerfs est le siège d'une ...
2. La ... est un symptôme très fréquent dans la SEP.
3. L'... est une technique qui permet d'obtenir des images du corps.
4. La ... est un sentiment normal face à la maladie.
5. La ... est une période pendant laquelle la maladie ne progresse pas.
6. La ... est le premier mot du sigle SEP
7. La ... est une maladie très fréquente et contagieuse.
8. Arrête, tu me tapes sur les ... !
9. La ... épinière est un ensemble de fibres nerveuses qui circule au centre de la colonne vertébrale.

Verticalement

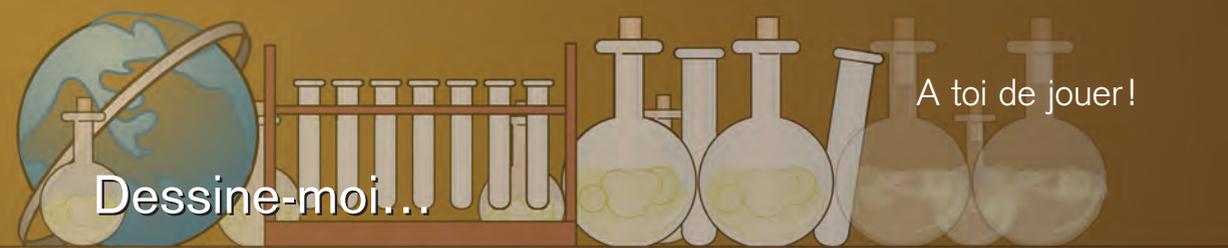
1. L'... sert à prévenir ou combattre les attaques des microbes dans notre corps.
2. Quand ton système immunitaire fonctionne bien, tu es plus ... pour faire face aux infections.
3. La ... est un manque d'habileté.
4. La ponction lombaire est un ... qui sert à étudier le liquide qui entoure la moelle épinière.
5. Le ... peut se manifester par la sensation de tête qui tourne.
6. La ... est la substance qui entoure les nerfs.
7. La ... caractérise l'apparition de nouveaux troubles de la maladie.



A toi de
jouer!

Dessine-moi...
Le miroir du passé

*Dans ce miroir qui sert à remonter le temps,
dessine la scène que tu voudrais revivre...*



A toi de jouer!

Dessine-moi...

ton laboratoire de recherche

Tu es un(e) grand(e) chercheur(se) et tu viens de découvrir un médicament miraculeux... à toi de le dessiner.

A toi de jouer!

Petit tour du monde...

La SEP atteint surtout les habitants de l'hémisphère nord, dont l'Europe... Mais au fait, comment dit-on sclérose en plaques en...



1 - Anglais

A - Esclerosis multiple



2 - Allemand

B - Dissemineret sclerose



3 - Italien

C - Multiple Sklerose



4 - Espagnol

D - 多發性硬化症.



5 - Arabe

E - Sclerosi multipla



6 - Danois

F - Σκληρηριση πλακας



7 - Grec

G - Multiple sclerosis



8 - Japonais

H - التصلب العقدي

Réponse: 1-G-2-C-3-E-4-A-5-H-6-B-7-F-8-D

Les mots cachés

Dans ce cœur, comme dans le tien, sont cachés des mots. A l'aide de la liste ci-dessous, retrouve-les et barre-les au fur et à mesure.

Ensuite il te restera **17 lettres** qui te permettront de reconstituer le nom mystère en 3 mots.



- AIDE
- AMI
- CANNE
- CHANGEMENT
- COLÈRE
- CONFIANCE
- DÉSÉQUILIBRE
- DIPLOPIE
- DOULEUR
- ENGOURDISSEMENT
- EXPLIQUER
- FAMILLE

- FORMIDABLE
- GÈNE
- HÉRÉDITAIRE
- IMMUNITÉ
- INFLUX
- IRM
- LÉO
- MALADRESSE
- MYÉLINE
- NERF
- NERVEUX
- PARLER

- PAT
- PEUR
- POUSSÉE
- PSYCHOLOGIE
- RÉMISSION
- SAM
- SYMPTOME
- TRAITEMENT

Lettres restantes :



Norm mystère : SCLÉROSE EN PLAQUES

A toi de jouer!

Charade

Mon 1^{er} peut être rempli d'eau ou de limonade,
Au bout de mon 2^{ème} se trouve la fleur,
On a **mon tout** lorsque l'on ne supporte pas l'altitude.

Réponse: verre = verre + tige = verlige

Lettre incomplète...

Tu viens d'apprendre que ta maman est malade et tu écris à ton (ta) meilleur(e) ami(e)

1 – Complète la lettre avec les mots qui te sont proposés

2 – Retrouve et corrige les 5 fautes d'orthographe qui se sont glissées dans la lettre

Cher(e) ...

Je suis très triste car je viens d'apprendre que Maman a la
C'est une drôle de maladie. Papa dit que c'est l'enveloppe des ... ,
la ... , qui est abîmé. Les informations du ... n'arrivent pas assez vite
à destination. C'est pour ça que maman est très ... , hier elle a cassé
3 verres! Heureusement, c'est pas comme la grippe, c'est pas

C'est l'heure de dîner, je dois te laisser, salut.

Ton ami(e)



Mots proposés: 1. myéline, 2. sclérose en plaques, 3. contagieux,
4. fibres nerveuses, 5. cerveau, 6. maladroite

Réponse: mots à replacer: 2, 4, 1, 5, 6, 3 fautes à retrouver: drôle, enveloppe, abîmé, heureusement, grippe

Mot pêle-mêle

Traie en +



Les lettres d'un mot ont été déposées à mesure qu'il était épilé.

Reforme ce mot en observant l'ordre dans lequel les lettres ont été placées.

Reponse : traitement

Les 2 font la paire...

Associe 3 paires de mots qui forment 3 expressions, il te restera un seul mot qui ne pourra pas être associé à un autre.

SANG

grise

FROID

blanche

MATIÈRE

substance

tiède

Reponse : sang froid, matière grise, substance blanche

SEP = Sclérose En Plaques, mais aussi...

Saut **E**n **P**arachute

Savoir **E**n **P**arler

Sam **E**t **P**at

Sel **E**t **P**oire

Mais encore... maintenant, à toi de compléter

S..... **E**..... **P**.....

S..... **E**..... **P**.....

S..... **E**..... **P**.....

A toi de jouer!

Charade

Mon 1^{er} est une moitié de diplodocus,
De mon 2^{ème} sort le lait de la vache...

Mon tout un terme médical qui signifie voir double

Réponse : diplo = diplo + pis = diplopie

Dessine-moi...

Autour de Léo, dessine ta famille formidable!



Indispensable à savoir...

Cerveau : Il donne des ordres envoyés sous la forme de décharges électriques – c'est l'influx nerveux – pour, par exemple, mettre en mouvement notre main ou notre jambe.

Fibres nerveuses : ce sont les constituants des **nerfs**. Elles sont elles-mêmes formées de milliers de cellules nerveuses, les **neurones**.

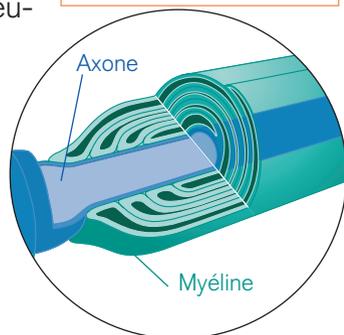
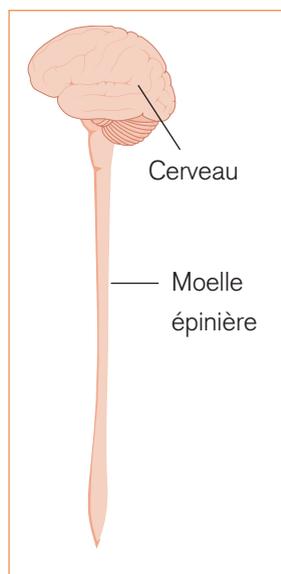
Moelle épinière : c'est le faisceau de **fibres nerveuses** qui circule au centre de la colonne vertébrale, chemin obligé pour les signaux nerveux qui voyagent entre le **cerveau** et le reste du corps. A la périphérie de la moelle épinière se trouve la substance blanche, formée des longs axones des **neurones**. Le centre renferme les corps cellulaires des neurones qui forment la substance grise.

Myéline : c'est une substance qui forme une enveloppe autour des **axones**. Elle permet aux nerfs de transmettre l'influx nerveux très vite, à plus de 360 km/h comme le TGV!

Nerfs : les nerfs transportent les messages du **cerveau** à chaque muscle et organe et ramènent au cerveau des informations sur ce qui se passe dans notre corps et à l'extérieur. Ils sont constitués de milliers de **fibres nerveuses**.

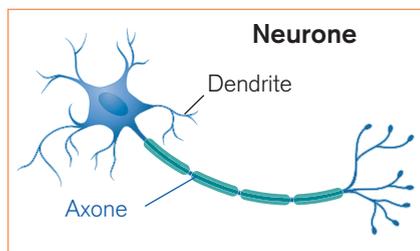
Neurologue : c'est le médecin spécialiste des maladies du **cerveau** et des **nerfs**.

Neurone : c'est une cellule nerveuse qui possède un corps en forme d'étoile contenant un noyau, des extensions ramifiées que l'on appelle des dendrites et un long prolongement, l'**axone**, qui transmet l'influx nerveux au neurone suivant.



P'tit dico

Sclérose en plaques (SEP) : c'est une maladie qui attaque l'enveloppe des fibres nerveuses du **système nerveux central** : la **myéline**. S'il y a une **inflammation** la myéline s'abîme à certains endroits et la cicatrice s'appelle une **plaque** que tu verras sur l'**IRM** p.64.



Lorsque cette enveloppe est abîmée, la transmission des informations se fait moins bien, moins vite, ce qui provoque des troubles comme une diminution de la vision, une **diplopie**, des fourmillements, des engourdissements dans les bras et les jambes, des vertiges...

Les causes de cette maladie restent encore inconnues, mais elle n'est ni **contagieuse**, ni **héréditaire**.

Les chercheurs pensent que la maladie pourrait être liée à un dérèglement de notre **système immunitaire**, qui attaquerait la myéline et l'endommagerait en provoquant son inflammation.

Système nerveux : le système nerveux assure le contrôle et les communications de notre corps. Le système nerveux central (SNC) est composé du **cerveau** et de la **moelle épinière**. Les nerfs forment le système nerveux périphérique. La **SEP** est une maladie qui touche uniquement le système nerveux central (SNC).

Pour les plus curieux...

Anticorps : produits par les **lymphocytes B**, ils se fixent sur les « envahisseurs » (bactéries, virus...) et les paralysent, ce qui facilite l'attaque des **macrophages**.

Dans certaines maladies, le corps produit des anticorps qui se trompent et qui pensent que les cellules du corps sont des envahisseurs : on parle de maladie auto-immune.

Axone : c'est le prolongement du **neurone** qui conduit le message nerveux de ce neurone à d'autres cellules.

Contagieuse : une maladie est contagieuse lorsqu'elle se transmet par simple contact.

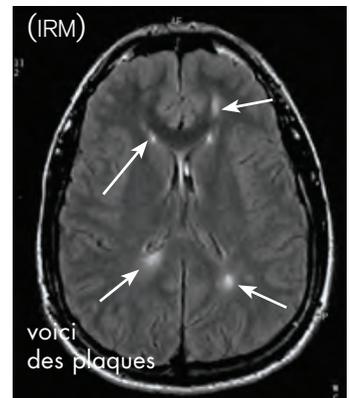
Diplopie : c'est le fait de voir double.

Hérédité : c'est l'ensemble des caractéristiques héritées de tes parents, comme la couleur de tes yeux, de tes cheveux, la forme de ton nez... Certaines maladies sont dites **héréditaires** lorsqu'elles se transmettent des parents aux enfants ; c'est le cas par exemple de la myopathie, responsable d'une atteinte des muscles, ou de l'hémophilie, qui provoque des troubles de la coagulation du sang.

Immunité : c'est la protection assurée par notre **système immunitaire** pour prévenir ou combattre les attaques des microbes.

Inflammation : c'est une réaction de l'organisme face à une agression. Elle correspond à l'arrivée massive sur le lieu de l'agression de cellules du **système immunitaire**, en particulier les **macrophages**.

Imagerie par Résonance Magnétique : c'est une technique qui permet d'obtenir des images du corps afin d'aider à trouver une maladie et sa cause. Dans la **SEP**, les images du **cerveau** et de la **moelle épinière** montrent des taches blanches qui correspondent aux endroits où la **myéline** est abîmée.



Kiné (kinésithérapeute) : personne qui aide à réapprendre à faire des mouvements, à retrouver son équilibre...

Pédiatre : c'est le médecin spécialiste des enfants malades et il est là aussi pour t'écouter.

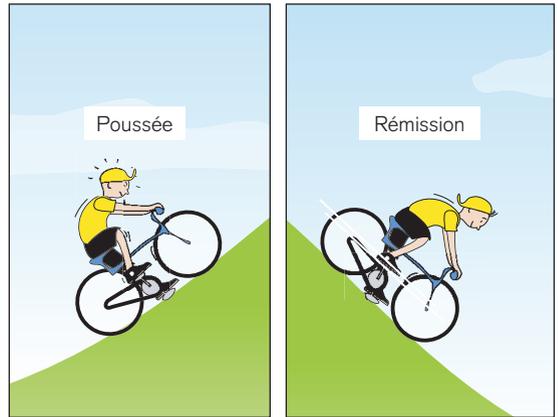
Pédopsychiatre : c'est le médecin spécialiste des « soucis » des enfants. Il est là pour les écouter et parler avec eux pour savoir ce qui les rend tristes ou agressifs ou solitaires...

P'tit dico

Ponction lombaire : c'est une piqûre qui permet au médecin de prélever un peu du liquide qui baigne le cerveau et la **moelle épinière**, le liquide céphalo-rachidien. Ensuite, l'analyse de ce liquide aide, entre-autre, au diagnostic de la **SEP**.

Poussée : elle correspond au « réveil » de la maladie et entraîne l'apparition de nouveaux troubles ou l'aggravation de troubles qui existaient déjà.

Rémission : c'est une période de temps pendant laquelle la maladie reste « endormie », ne se manifeste pas et ne s'aggrave pas.



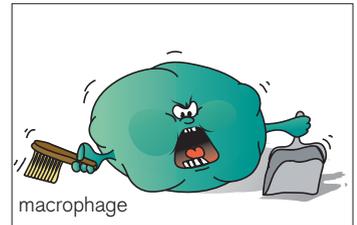
Système immunitaire : c'est l'ensemble des défenses de notre corps destiné à combattre les « envahisseurs », les microbes. L'armée de globules blancs chargée de nous protéger se compose des macrophages et des lymphocytes T et B.

Les **macrophages** avalent les microbes et les digèrent. Ce sont les « éboueurs », une fois la bataille terminée, ils nettoient tout en absorbant les envahisseurs anéantis.

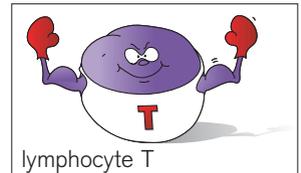
Les **lymphocytes T** pratiquent l'attaque au « corps à corps » : après avoir identifié l'ennemi, ils le détruisent.

Les **lymphocytes B** attaquent l'ennemi en fabriquant des **anticorps**.

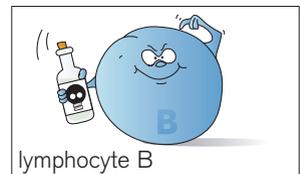
Traitement immunomodulateur : il agit en tentant de remettre de l'ordre dans le **système immunitaire** dérégulé par la **SEP**. Il diminue l'**inflammation** qui attaque la **myéline** et empêche l'enveloppe des **nerfs** de s'abîmer trop vite.



macrophage



lymphocyte T



lymphocyte B

Document réalisé en partenariat avec :



Tél. : 01 40 78 69 00

www.sclerose-en-plaques.apf.asso.fr

Membre de l'UNISEP



Tél. : 01 43 90 39 39

www.arsep.org

Membre de l'UNISEP



Tél. : 01 53 98 98 80

www.ligue-sclerose.fr



Tél. : 05 34 55 77 00

www.afsep.fr

Membre de l'UNISEP



Union pour la lutte
contre la Sclérose en Plaques

Tél. : 01 43 90 39 35

www.unisep.org

Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction par tous procédés réservés pour tous pays.
En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire, même partiellement, la présente publication sans l'autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie.



Dépôt légal : Décembre 2015

©2016 - Impact Médicom,
3, Bd Paul Emile Victor, 92200 Neuilly sur Seine

Pour plus d'informations sur la SEP :



www.la-SEP-bouge.fr

Le site qui fait bouger vos connaissances
sur la SEP

Contactez-nous



www.biogen-france.fr



0 800 84 16 64 Service & appel
gratuits



Biogen France SAS

Le Capitole

55, avenue des Champs Pierreux

92012 Nanterre Cedex - France

SAS au capital de 40 000 euros - RCS Nanterre 398410126