

Après un AVC

ATTENTION & MÉMOIRE DE TRAVAIL

En repas de famille, elle est dans sa bulle

Il semble ne pas écouter quand je lui parle

J'oublie ce que je viens chercher

Elle met longtemps à répondre à une simple question

J'ai des difficultés pour participer à une longue conversation

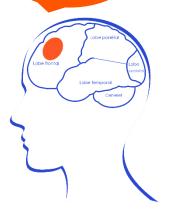
Je n'arrive plus à faire deux choses en même

J'oublie la recette que je viens de lire et dois relire pour la réaliser

Je perds le fil de mes pensées

L'attention est nécessaire à la réalisation de toutes les activités. Elle permet d'être réactif, concentré, rapide et précis.

L'attention est associée à la mémoire de travail, processus aui permet de maintenir et de manipuler, sur une courte durée, des informations, dites, lues, entendues, imaginées.



Fiche réalisée par la coordination AVC Normandie en collaboration avec les neuropsychologues





















ATTENTION & MÉMOIRE DE TRAVAIL

Il semble ne pas écouter quand je lui parle

En repas de famille, elle est dans sa bulle

> J'oublie ce que je viens chercher

Elle met longtemps à répondre à une simple question

J'ai des difficultés pour participer à une longue conversation

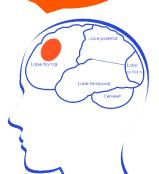
Je n'arrive plus à faire deux choses en même

J'oublie la recette que je viens de lire et dois relire pour la réaliser

Je perds le fil de mes pensées

L'attention est nécessaire à la réalisation de toutes les activités. Elle permet d'être réactif, concentré, rapide et précis.

L'attention est associée à la mémoire de travail, processus aui permet de maintenir et de manipuler, sur une courte durée, des informations, dites, lues, entendues, imaginées.



Fiche réalisée par la coordination AVC Normandie en collaboration avec les neuropsychologues



















L'attention varie selon les situations de façon à rendre notre activité plus performante et à améliorer nos capacités de maintien et de traitement en mémoire de travail.

Processus	Manifestations après l'AVC	Quelques astuces pour faire face
Attention sélective Capacité à se focaliser sur un point précis sans se laisser distraire par des détails, les éléments autour	Difficultés à ignorer des éléments non pertinents Tendance à être distrait Difficulté à se concentrer	Privilégier un environnement calme (limiter les distractions) Capter l'attention du patient pour lui parler Eviter d'interrompre le patient lors d'une activité
Attention soutenue Capacité à se concentrer sur une longue durée	Sentiment de décrocher facilement Fatigabilité	Aménager des temps de pause entre les activités Fractionner et limiter la durée des activités Se relaxer
Attention divisée Capacité à partager son attention sur plusieurs tâches simultanées	Tendance à être « mono- tâche », ne pas pouvoir par exemple • Prendre des notes : écouter/écrire • Conduire accompagné : conduire/discuter	Privilégier un environnement calme (limiter les distractions) Privilégier une seule tâche à la fois
Mémoire de travail Permet de maintenir et manipuler des informations pendant quelques secondes	Difficultés à maintenir les informations au cours d'une conversation, de la lecture Perte du fil des idées, d'un raisonnement	Faire une chose à la fois Noter l'information à retenir Eviter les distractions S'adresser au patient en utilisant des phrases courtes, lentement Lui répéter l'information à retenir

• Où s'adresser pour un diagnostic et une prise en charge adaptés ?

Les changements cognitifs, comportementaux et émotionnels, j'en parle avec mon médecin traitant pour être orienté vers les professionnels inscrits dans la filière de soins des accidents vasculaires cérébraux :

- o Consultations pluri-professionnelles post-AVC
- o Consultations mémoire
- Toutes les coordonnées sont publiées sur :

L'attention varie selon les situations de façon à rendre notre activité plus performante et à améliorer nos capacités de maintien et de traitement en mémoire de travail.

Processus	Manifestations après l'AVC	Quelques astuces pour faire face
Attention sélective Capacité à se focaliser sur un point précis sans se laisser distraire par des détails, les éléments autour	Difficultés à ignorer des éléments non pertinents Tendance à être distrait Difficulté à se concentrer	Privilégier un environnement calme (limiter les distractions) Capter l'attention du patient pour lui parler Eviter d'interrompre le patient lors d'une activité
Attention soutenue Capacité à se concentrer sur une longue durée	Sentiment de décrocher facilement Fatigabilité	Aménager des temps de pause entre les activités Fractionner et limiter la durée des activités Se relaxer
Attention divisée Capacité à partager son attention sur plusieurs tâches simultanées	Tendance à être « mono- tâche », ne pas pouvoir par exemple • Prendre des notes : écouter/écrire • Conduire accompagné : conduire/discuter	Privilégier un environnement calme (limiter les distractions) Privilégier une seule tâche à la fois
Mémoire de travail Permet de maintenir et manipuler des informations pendant quelques secondes	Difficultés à maintenir les informations au cours d'une conversation, de la lecture Perte du fil des idées, d'un raisonnement	Faire une chose à la fois Noter l'information à retenir Eviter les distractions S'adresser au patient en utilisant des phrases courtes, lentement Lui répéter l'information à retenir

• Où s'adresser pour un diagnostic et une prise en charge adaptés ?

Les changements cognitifs, comportementaux et émotionnels, j'en parle avec mon médecin traitant pour être orienté vers les professionnels inscrits dans la filière de soins des accidents vasculaires cérébraux :

- o Consultations pluri-professionnelles post-AVC
- Consultations mémoire
- Toutes les coordonnées sont publiées sur :