

## Recommandations à propos du COVID-19 pour les personnes atteintes de Maladie de Parkinson (MP) ou d'un autre syndrome parkinsonien :

- paralysie supra-nucléaire (PSP),
- atrophie multi-systématisée (AMS)

*Recommandations établies le 19 Mars 2020 par les Centres Experts Parkinson*

Actuellement, il n'existe pas de données sur la façon dont COVID-19 affecte les personnes atteintes de MP ou de syndrome parkinsonien.

Les personnes présentant une atteinte pulmonaire, cardiaque, ou ayant un diabète, et celles âgées de plus de 70 ans, sont plus susceptibles de souffrir de complications et de tomber gravement malades avec le virus COVID-19. Ce groupe comprend des personnes atteintes d'une MP ou d'un syndrome parkinsonien, en particulier celles présentant des complications de santé supplémentaires.

**Les conseils ci-dessous ont été rédigés par les neurologues des Centres expert Parkinson  
Ils seront mis à jour régulièrement en fonction de l'évolution des connaissances.**

**RECOMMANDATIONS NATIONALES** : il est recommandé à toutes les personnes souffrant de maladie chronique (donc la maladie de Parkinson et les autres syndromes parkinsoniens) ou en situation de handicap de rester à leur domicile. **Nous vous encourageons à respecter cette recommandation.**

Dans ce contexte, votre consultation non urgente (suivi / avis) pourra être annulée et reportée ou réalisée sous forme d'une consultation téléphonique ou d'une téléconsultation en fonction de l'équipement des services. **Ces solutions sont préférables au non-respect du confinement.**

### ■ **Consignes générales pour limiter les risques de contagion par le virus COVID - 19 (Coronavirus) chez les personnes atteintes de MP ou d'un syndrome parkinsonien**

- **Suivre scrupuleusement les consignes du gouvernement et des autorités sanitaires qui sont régulièrement mises à jour en fonction de l'évolution de la situation**
- Se laver régulièrement et soigneusement les mains avec de l'eau et du savon et/ou du gel hydroalcoolique (en pharmacie),
- Ne pas toucher vos yeux, votre nez et votre bouche à moins que vos mains ne soient propres,
- Ne pas serrer les mains ni « faire la bise »,
- Eviter autant que possible d'utiliser les transports en commun,
- Porter un masque chirurgical si vous toussiez ou en présence d'une personne qui tousse,
- Utiliser des mouchoirs jetables à usage unique,
- Tousser et éternuer en vous couvrant la bouche avec un tissu ou dans votre coude. Laver régulièrement vos vêtements,
- Essayez de garder une distance d'au moins 1 mètre entre vous et les autres, en particulier ceux qui toussent et éternuent,

- Dans la mesure du possible, utilisez des alternatives aux rendez-vous médicaux et de prise en charge de routine en face à face (remplacer par exemple par des rendez-vous téléphoniques).
  - **En cas de symptômes évocateurs du COVID-19 :**
    - **En l'absence de signes de gravité : contacter le médecin traitant. A défaut, les permanences de soin où les solutions de télémedecine sont utilisables. Après contact médical, les solutions de téléconsultations doivent être favorisées, selon les situations.**
    - **En cas de signes de gravité (malaise, difficultés respiratoires) : appel au SAMU-centre 15**
- Il convient toujours de ne pas orienter les patients vers les structures d'accueil des urgences afin d'éviter le contact avec d'autres patients (Source : site du ministère 18 Mars).**

Les soignants et les membres de la famille qui vivent avec une personne atteinte ou qui lui rendent régulièrement visite doivent également suivre ces recommandations afin de réduire les risques d'infection au COVID-19. L'objectif reste dans tous les cas de limiter les interactions sociales à celles qui sont indispensables (soins, courses alimentaires, achat de médicaments...).

## ■ **Conseils concernant les traitements de la maladie de Parkinson et des syndromes parkinsoniens**

Les recommandations sont les suivantes :

- Il n'y a pas lieu de modifier le traitement
- Ne pas oublier de pratiquer régulièrement une activité physique adaptée, à l'extérieur proche du domicile, seul s'il n'y a pas de troubles de l'équilibre, accompagné sinon; ou à l'intérieur (exercices proposés par le kinésithérapeute, brochure d'exercices adaptés). **Adapter l'activité à ce que le patient sait et peut faire, et de ne pas se mettre en danger, en particulier si l'équilibre est précaire.**

## ■ **Conseils concernant le travail**

**A noter :** Les neurologues ne peuvent pas rédiger un arrêt de travail sans avoir vu le patient. En revanche, ils peuvent rédiger un certificat attestant que la personne est atteinte d'une maladie chronique (sans préciser la nature de la maladie). Ce certificat sera remis au patient à sa demande.

Aucune recommandation n'interdit à une personne atteinte de maladie de Parkinson de continuer à travailler.

Les consignes à respecter sont :

- Favoriser le télétravail
- Respecter les consignes générales décrites plus haut.

## ■ Conseils concernant la gestion de l'anxiété

La période est anxiogène et encore plus lorsqu'il existe une maladie chronique neurologique. Ne pas la majorer par des consultations compulsives des sites d'informations qui plus est ne sont pas toujours fiables. Privilégier vos médias habituels (journaux télévisés, presse écrite ou numérique) une ou deux fois par jour. Profiter de cette période pour téléphoner ou écrire à ceux qui vous sont proches ou qui l'étaient ; lire, écouter de la musique ou des podcasts; dessiner ou tout autre activité artistique qui sollicite votre motricité. Ne pas hésiter à pratiquer ou s'initier à la méditation.

**Faire de cette période difficile, une opportunité pour découvrir de nouvelles activités ou améliorer des activités déjà effectuées, pour mieux se connaître...**

## ■ Informations vis-à-vis des traitements antiviraux

**Attention, il est important de ne pas prendre de traitements expérimentaux contre le covid-19 sans avoir de symptômes d'infection et sans l'avis de votre neurologue.**

Il y a des propositions thérapeutiques actuelles avec des antiviraux (souvent mal tolérés avec de la cyclodextrine) et la chloroquine plutôt en adjuvant et en seconde ligne qu'on connaît bien pour son index thérapeutique très étroit et sa toxicité rapide, notamment aux doses préconisées pour le covid-19 !

Une étude épidémiologique scandinave avait montré un possible lien entre risque de maladie de Parkinson et chloroquine dans une population de Sjogren. En préclinique, cela augmenterait l'aggravation de l'alpha-synucléine.

*Recommandations établies le 19 Mars 2020 par les Centres Experts Parkinson*