

SIX OUTILS POUR DÉTECTER LE PICS EN MÉDECINE GÉNÉRALE

	RISQUE AUGMENTÉ SI	TESTS À EFFECTUER
ATTEINTE DE LA FONCTION PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none">• sévérité de la pathologie ayant nécessité une longue hospitalisation en soins intensifs• âge avancé	<ol style="list-style-type: none">1. MOBILITÉ: TIMED UP-AND-GO (TUG)2. FAIBLESSE MUSCULAIRE: DYNAMOMÉTRIE MANUELLE
SYMPTÔMES PSYCHOLOGIQUES	<ul style="list-style-type: none">• préexistence de problèmes psychiques• souvenirs traumatiques intrusifs• amnésie complète du séjour en USI• manifestations précoces d'anxiété et de dépression à la sortie	<ol style="list-style-type: none">1. DÉPRESSION: QUESTIONS DE WHOOLEY2. ANXIÉTÉ: TEST GAD-2
PICS-F	<ul style="list-style-type: none">• proche de sexe féminin• autonomie limitée du patient	
SYMPTÔMES COGNITIFS	<ul style="list-style-type: none">• épisodes de delirium pendant le séjour en USI (surtout si nombreux et/ou de longue durée)	<ol style="list-style-type: none">1. FONCTIONS COGNITIVES GLOBALES : MINI-COG2. FLUIDITÉ VERBALE : TEST DES NOMS D'ANIMAUX

ATTEINTE DE LA FONCTION PHYSIQUE

MOBILITÉ: *TIMED UP-AND-GO (TUG)*

Matériel nécessaire

- une chaise placée contre un mur (pour qu'elle soit stable)
- un marquage au sol à 3 mètres de la chaise, sans obstacle entre les deux
- un chronomètre

Test

Demandez au patient de se lever de la chaise à votre signal et de marcher (à vitesse confortable) jusqu'à la marque au sol, de faire demi-tour puis de revenir s'asseoir sur la chaise. Mesurez le temps nécessaire entre le 'top départ' et le moment où le patient est de nouveau bien assis sur la chaise.

Résultat

Des temps plus longs que les valeurs ci-dessous indiquent un déficit de mobilité :

- ≤ 60 ans : 9 secondes
- 61-79 ans : 14 secondes
- ≥ 80 ans : 19 secondes

FAIBLESSE MUSCULAIRE: *DYNAMOMÉTRIE MANUELLE*

Matériel nécessaire

- un dynamomètre manuel



Test

Le patient est (si possible) assis avec le bras dominant à 90 degrés. Demandez-lui de serrer la poignée de l'appareil pendant quelques secondes avec sa force maximale, sans modifier la position de son bras. Répétez la manœuvre 3 fois et faites la moyenne des résultats obtenus.

Résultat

Des valeurs plus basses que les valeurs ci-dessous indiquent une faiblesse musculaire :

- Hommes : ≤60 ans : 25kg ; 61-79 ans : 23kg ; ≥80 ans : 19kg
- Femmes : ≤60 ans : 15kg ; 61-79ans : 14kg ; ≥80 ans : 13kg

(Ces valeurs sont données à titre indicatif ; il est possible que les instructions de l'appareil donnent des valeurs différentes)

SYMPTÔMES PSYCHOLOGIQUES

DÉPRESSION : *QUESTIONS DE WHOOLEY*

- **Le mois dernier, avez-vous été fréquemment gêné dans votre vie quotidienne par des sentiments dépressifs ou par du désespoir ?**
- **Le mois dernier, avez-vous été fréquemment gêné par un manque d'intérêt ou de plaisir dans les choses que vous avez faites ?**

Résultat

Une réponse OUI à l'une des questions (ou aux deux) est un signe de présence de sentiments dépressifs qui nécessite une évaluation plus poussée.

ANXIÉTÉ : *TEST GAD-2*

Au cours des deux dernières semaines, à quelle fréquence les problèmes suivants vous ont-ils inquiétés?

- **Sentiment de nervosité, d'anxiété ou de tension ?** (jamais = 0, plusieurs jours = 1, plus de la moitié des jours =2, presque tous les jours = 3)
- **Incapable d'arrêter de vous inquiéter ou de contrôler vos inquiétudes ?** (jamais = 0, plusieurs jours = 1, plus de la moitié des jours =2, presque tous les jours = 3)

Résultat

Un score total ≥3 est considéré comme positif pour le dépistage de l'anxiété.

SYMPTÔMES COGNITIFS

FONCTIONS COGNITIVES GLOBALES : *MINI-COG*

(www.health.belgium.be/fr/mini-cog)

Test

Étape 1 : Répétition de trois mots

Regardez la personne bien en face et dites-lui : « Écoutez attentivement. Je vais citer trois mots que vous devrez me répéter tout de suite, puis essayer de mémoriser. Il s'agit des mots [sélectionnez une liste de mots dans les versions ci-dessous]. Pouvez-vous maintenant me les répéter ? »

Listes de 3 mots :

Banane / Lever de soleil / Chaise

Chef / Saison / Table

Village / Cuisine / Bébé

Fleuve / Nation / Doigt

Capitaine / Jardin / Image

Fille / Paradis / Montagne

Pas de score pour cette étape. Si la personne n'est pas capable de répéter les mots après 3 tentatives, passez à l'étape 2.

Étape 2 : Test de l'horloge

Demandez à la personne : « Je vais vous demander de me dessiner une horloge, en y plaçant d'abord tous les chiffres à la bonne place. » Une fois que c'est fait, demandez-lui de placer les aiguilles de manière à indiquer 11h10.

Une horloge correcte vaut 2 points. Une horloge correcte comporte tous les chiffres dans le bon ordre et en position approximativement correcte (12, 3, 6 et 9 aux points cardinaux), sans doublons ni manques. Les aiguilles pointent vers

le 11 et le 2 (leur longueur n'est pas prise en compte). En cas d'incapacité ou de refus : 0 points.

Étape 3 : Rappel des trois mots

Demandez à la personne de vous rappeler les trois mots cités lors de l'étape 1.

Chaque mot répété correctement sans aide et spontanément vaut un point.

Résultat final

Additionnez les points des étapes 2 et 3. Un score total inférieur à 3 points indique que la personne souffre de troubles cognitifs et qu'une exploration plus poussée est indiquée.

FLUIDITÉ VERBALE : *TEST DES NOMS D'ANIMAUX*

Test

Demandez au patient de citer autant de noms d'animaux que possible en 60 secondes.

Résultat

Si le patient arrive à citer au moins 14 animaux dans le temps imparti, il n'a pas de problème de fluidité verbale.