

# SIX OUTILS POUR DÉTECTER LE PICS EN MÉDECINE GÉNÉRALE

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

## 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](http://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.