1. Mieux percevoir une respiration sifflante

Voici un truc afin de mieux entendre le sifflement respiratoire d'une personne atteinte de dyspnée, d'asthme ou d'une maladie réactive des voies respiratoires, lorsque cette dernière émet une expiration maximale. Demandez-lui de prendre une grande inspiration puis d'expirer comme si elle soufflait des bougies sur un gâteau d'anniversaire. Habituellement, cette méthode engendre d'excellents résultats.

Tiré de *Consultant*, volume 42, numéro 9, 2002.

2. Un examen de l'oreille moins douloureux

Les enfants qui souffrent d'une otite externe refusent souvent de procéder à l'examen médical nécessaire pour ce type d'infection, puisque celui-ci peut parfois être douloureux. Afin de rendre l'examen moins pénible, trempez un tampon d'ouate dans une solution de procaïne (2 %) et appliquez-le ensuite de 2 à 3 minutes sur l'oreille du jeune patient.

Tiré de *Consultant*, volume 42, numéro 9, 2002.

Suite à la page 38 →

Avez-vous un truc?

Partagez vos trucs et conseils avec nos lecteurs. Qui sait? Ce qui vous semble banal sera peut-être fort apprécié d'un collègue. Une tasse *Le Clinicien* sera envoyée à l'auteur d'un truc publié dans nos pages (l'article doit être d'une longueur maximale de 300 mots). Expédiez vos textes par télécopieur au (514) 695-8554 ou à notre adresse postale ou électronique :

Le Clinicien
955, boul. Saint-Jean
Bureau 306
Pointe-Claire (Québec) H9R 5K3

clinicien@sta.ca

3. L'extraction d'un corps étranger facilitée

Dans le but de faciliter l'extraction d'un corps étranger coincé sous la peau de la main d'un patient, déposez un otoscope sur une table. Éteignez ensuite les lumières et placez la main du patient contre l'otoscope : le corps étranger sera plus visible que sur une radiographie. Notez cependant que cette méthode peut ne pas fonctionner dans le cas d'un objet en verre.

Tiré de *Consultant*, volume 42, numéro 9, 2002.

4. Trembler comme une feuille...

Certains patients qui souffrent d'un tremblement bénin essentiel ou de la maladie de Basedow manifestent parfois des tremblements si discrets que l'on peut très bien ne pas les remarquer lors de l'examen clinique. Sachez qu'il est possible de déceler de tels tremblements simplement en déposant une feuille de papier sur les mains tendues du patients, les paumes tournées vers le haut. Vous saurez que le patient souffre de tremblements si la feuille de papier se met à vibrer.

Tiré de *Consultant*, volume 42, numéro 1, 2002.

5. Pour en finir avec les callosités au talon!

Les callosités au talon, épaisses et sèches, sont parfois douloureuses et elles peuvent même saigner si elles fendent. Voici un traitement maison très efficace pour régler ce problème. Suggérez au patient d'utiliser, sur un bloc de ponçage, un papier abrasif de bioxyde d'aluminium à grosseur de grains 60 afin d'enlever la plus grande partie possible de l'induration. Dites-lui de plonger ensuite son pied dans l'eau tiède pendant environ 10 minutes ou de prendre un bain ou une douche. Enfin, après avoir épongé la callosité, le patient pourra y appliquer une petite quantité de gel pour les cheveux (ce produit contient de la lanoline) puis enfiler des bas.

Tiré de *Consultant*, volume 42, numéro 2, 2002.

6. Simplifier l'aspiration endométriale

Plusieurs techniques permettent de réduire la douleur engendrée par une aspiration endométriale. Expliquez d'abord la procédure en détails à votre patiente. Si vous devez vous servir d'un tenaculum, demandez-lui de tousser à six reprises et, pendant ce temps, refermez lentement le tenaculum autour du col. La toux distrait la patiente et, de ce fait, réduit la douleur qu'elle pourrait éprouver. Enfin, pendant l'aspiration, demandez-lui de compter à l'envers, de 20 à 0, en même temps que vous. Non seulement ce décompte la distraira, mais elle saura également qu'à zéro, l'intervention sera terminée.

Tiré de *Consultant*, volume 42, numéro 2, 2002.

Suite à la page 40 →

Efficacité démontrée ici...

Lipidil SUPRA[MC]. Augmentation du taux de HDL. Efficacité démontrée chez les patients atteints de diabète de type 2[1].

* Le diagnostic du syndrome métabolique peut être établi lorsque 3 des facteurs de risque suivants ou plus sont présents : obésité abdominale, taux élevé de triglycérides, faible taux de HDL, tension artérielle élevée ou glycémie à jeun élevée[2].

† Données provenant d'une étude croisée, à double insu et contrôlée par placebo. Onze hommes atteints du syndrome métabolique ont été répartis au hasard pour recevoir durant 5 semaines du fénofibrate micronisé (200 mg/j), de l'atorvastatine (40 mg/j) ou un placebo. Le taux moyen initial de HDL était de 0,94 mmol/L pour le groupe fénofibrate; $p < 0,001$ vs le groupe ayant reçu le placebo.

‡ Après six semaines de traitement par un régime alimentaire, 37 hommes répondant aux critères lipidiques spécifiés (cholestérol total ≥ 6,5 mmol/L ou triglycérides ≥ 2,0 mmol/L ou HDL < 0,9 mmol/L, plus la présence d'au moins 2 facteurs déterminant le syndrome métabolique) ont été suivis durant 12 semaines dans le cadre d'un essai ouvert. En plus de poursuivre leur régime alimentaire, les sujets ont reçu 200 mg/j de fénofibrate comicronisé. Le taux moyen initial de HDL était de 1,15 mmol/L; $p < 0,01$ vs les valeurs de base.

Lipidil SUPRA[MC] est indiqué comme traitement d'appoint à un régime alimentaire, équivalent au moins à celui du *Adults Treatment Panel III (ATP III) and Therapeutic Lifestyle Changes* (régime ATP III TLC), et à d'autres mesures thérapeutiques, lorsque ce régime alimentaire et ces autres mesures sont insuffisantes, dans les cas suivants : **1.** Traitement des patients présentant une dyslipoprotéinémie (hypercholestérolémie, hyperlipidémie de type IIa ou mixte de type IIb, selon la classification de Fredrickson), y compris des patients atteints de diabète de type 2 (non insulinodépendant), pour réguler les taux de lipides en diminuant le taux de TG sériques et de cholestérol des LDL et en augmentant le taux de cholestérol des HDL. **2.** Traitement des patients adultes atteints d'une hypertriglycéridémie très élevée, d'une hyperlipidémie de type IV ou V, selon la classification de Fredrickson, qui présentent un risque élevé de séquelles et de complications (par ex., une pancréatite) en raison de cette hyperlipidémie. Il est possible que Lipidil SUPRA[MC] administré seul ne soit pas un traitement adéquat chez certains patients présentant une hyperlipidémie familiale mixte de type IIb et une hyperlipoprotéinémie de type IV. Lipidil SUPRA[MC] n'est pas indiqué pour le traitement de l'hyperlipoprotéinémie de type I.

...continué page en face

FOURNIER PHARMA INC.

www.fournierpharma.ca

7. L'eucalyptus pour traiter la sinusite

En plus de suivre le traitement standard, les patients atteints d'une sinusite ont avantage à respirer de la vapeur d'eau contenant des feuilles ou de l'huile d'eucalyptus. Le patient doit verser de l'eau bouillante dans un bol avant d'y ajouter quelques feuilles ou une demie cuillère à thé d'huile de la plante. Le patient doit ensuite former une tente au-dessus de sa tête à l'aide d'un journal ou d'une serviette et respirer au-dessus de la vapeur d'eau pendant au moins 10 à 15 minutes. Dites-lui qu'il peut répéter ce traitement trois ou quatre fois par jour, jusqu'à ce que les symptômes de la sinusite disparaissent. Les patients sujets aux sinusites chroniques peuvent inhaler des vapeurs d'eucalyptus dans un but préventif. Il est possible de se procurer des feuilles d'eucalyptus chez un fleuriste et l'on retrouve de l'huile d'eucalyptus dans la plupart des pharmacies.

Tiré de *Consultant*, volume 42, numéro 2, 2002.

8. Être à l'aise avec l'auto-examen des seins

Pour qu'elles sentent leurs seins moins « bosselés » pendant l'auto-examen, recommandez à vos patientes d'exercer une pression ferme sur la paroi de leur cage thoracique, à l'aide des quatre doigts regroupés. Demandez-leur ensuite de comparer les résultats avec l'examen du sein controlatéral. Les femmes sont plus disposées à effectuer régulièrement l'auto-examen des seins lorsqu'elles se sentent à l'aise avec le processus. *Clin*

Tiré de *Consultant*, volume 42, numéro 2, 2002.

Et là.

Lipidil SUPRA^MC. Augmentation du taux de HDL. Efficacité démontrée chez les patients atteints du syndrome métabolique[†,‡,2,3].

Les femmes en âge de procréer doivent utiliser une méthode contraceptive sûre. Si une grossesse survient malgré cette précaution, le traitement par Lipidil SUPRA^MC doit être interrompu. Les femmes envisageant une grossesse doivent interrompre le traitement par Lipidil SUPRA^MC plusieurs mois avant la conception.

Des tests ont, à l'occasion, révélé des anomalies de la fonction hépatique durant l'administration du fénofibrate, notamment une élévation des transaminases sériques et une diminution ou, rarement, une augmentation des phosphatases alcalines. Ces anomalies disparaissent cependant lorsque l'on cesse le traitement par le fénofibrate. On recommande donc des tests périodiques de la fonction hépatique, en plus des autres tests de référence, après 3 à 6 mois, et au moins une fois par an par la suite.

Les effets indésirables les plus fréquemment signalés au cours de l'emploi du fénofibrate ont été des troubles gastro-intestinaux, des douleurs abdominales et une élévation du taux d'AST (> 3 x LSN) (1,1 % pour tous ces effets).

Chez les patients atteints d'insuffisance rénale (avec une clairance de la créatinine entre 20 et 100 ml/min), il faut instaurer le traitement par Lipidil SUPRA^MC à une dose de 100 mg par jour, puis l'augmenter progressivement après avoir évalué la tolérance et les effets du médicament sur les paramètres lipidiques. Lipidil SUPRA^MC ne devrait pas être administré si la clairance de la créatinine est inférieure à 20 ml/min.

LIPIDIL® supra

fénofibrate formule microenrobée

PARCE QU'UN HDL ÉLEVÉ EST UN MEILLEUR HDL.

CCPP Membre R&D

® Produit développé et manufacturé par Laboratoires Fournier S.A., Dijon, France.

^MC Marque de commerce de Fournier Pharma Inc.
2003 Fournier Pharma Inc., Montréal (Québec) H3A 2R7

LS 35-0903F