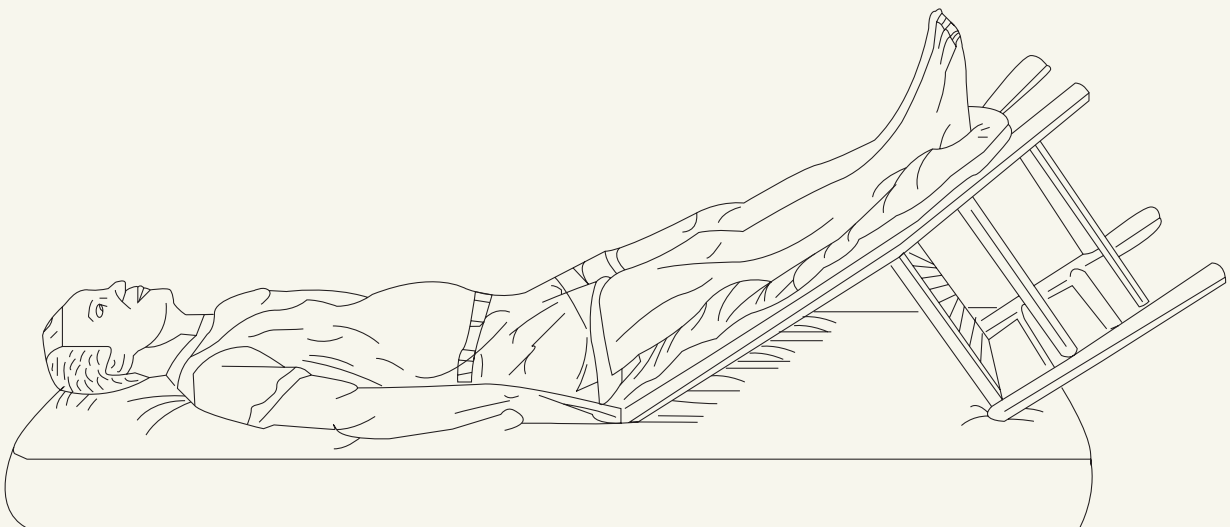


1. Réduire l'œdème aux jambes

À partir de maintenant, si un patient se présente à votre cabinet pour un œdème aux jambes, vous serez en mesure de lui conseiller une façon de réduire ce gonflement. Le patient doit d'abord placer une chaise sur son lit, dans la position illustrée ci-dessous. Il doit ensuite placer un oreiller sur le dossier de la chaise, se coucher sur le dos, sur son lit, et placer ses jambes sur le dossier de la chaise.

Attention! Cette technique n'est pas recommandée pour les gens qui souffrent d'insuffisance cardiaque congestive. Cela pourrait provoquer une surcharge de volume et de l'œdème pulmonaire chez ces patients.



Tiré de Consultant, volume 42, numéro 11, 2002.

Pour plus de trucs, voir la page suivante.

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

2. Les fibromyalgiques dormiront en paix

Plusieurs patients fibromyalgiques souffrent d'effets indésirables, comme un sommeil troublé ou des malaises physiques, qui sont dus aux médicaments qu'ils prennent pour contrôler la maladie. Proposez une solution concentrée de doxépine (10 mg/mL) à ces patients qui souffrent de tels effets indésirables avec d'autres médicaments tricycliques, et ce, même à une dose de 10 mg.

Amorcez le traitement avec 10 gouttes au moment du coucher, puis ajustez la dose à la baisse ou à la hausse, selon la tolérance du patient. Certaines personnes, en prenant de 5 à 10 gouttes au coucher, dorment mieux et éprouvent moins de malaises posthypnotiques, tandis que d'autres deviennent plus tolérantes et peuvent ainsi passer à un autre traitement tricyclique sous forme de comprimés.

Tiré de Consultant, volume 42, numéro 11, 2002.

3. Une injection moins douloureuse

Les patients se plaignent parfois que les injections intraveineuses sont douloureuses. Heureusement, il existe un moyen de réduire cette douleur.

Si vous pratiquez une injection de potassium par voie périphérique, ajoutez-y 2 mL d'une solution de lidocaïne à 1 %. Ce procédé est efficace avec d'autres médicaments, mais prenez d'abord soin de vérifier les interactions médicamenteuses potentielles auprès d'un pharmacien. Dorénavant, vos patients supporteront davantage ce type d'injection et la tâche ne s'en trouvera que simplifiée pour vous! *Clin*

Tiré de Consultant, volume 42, numéro 11, 2002.