

# STARS

Syncope Trust And Reflex anoxic Seizures

« Nous collaborons avec les personnes concernées, leurs familles et les professionnels de santé pour apporter soutien et informations sur la syncope et sur les crises anoxiques réflexes »

**Souffrez-vous:**

- de chutes,
- de crises d'épilepsie,
- d'évanouissement,
- de pertes de connaissance,  
inexpliquées

**CheckList – pertes  
de connaissance**



[www.stars-fr.eu](http://www.stars-fr.eu)

La CheckList – pertes de connaissance a été établie avec les conseils d'experts du Comité consultatif médical de STARS. Son but principal est de vous aider, vous et votre médecin, à faire le bon diagnostic lors d'une perte de connaissance inexpliquée.

La CheckList vous délivre des informations et des conseils quant aux causes principales de perte de connaissance, vous aide à préparer la visite chez le médecin et vous fournit des informations sur ce à quoi vous attendre en cas de consultation à l'hôpital.

## CHECKLIST: Ce que vous devez savoir

### ✓ Une syncope est une perte de connaissance brève

Si quelqu'un perd connaissance pendant quelques secondes ou quelques minutes, on parle souvent d'évanouissement.

### ✓ Tout patient victime d'une perte de connaissance inexpliquée doit faire l'objet d'un contrôle de son rythme cardiaque par un électrocardiogramme (E.C.G.) 12 dérivations

Il est important que le tracé ECG soit interprété comme normal.

### ✓ La plupart des pertes de connaissance inexpliquées sont causées par une syncope

Beaucoup de personnes, y compris des médecins, supposent que les pertes de connaissance sont causées par l'épilepsie. Toutefois, elles sont beaucoup plus souvent dues à une syncope – qui est une perte de connaissance occasionnée par un problème de régulation de la pression artérielle ou parfois, de l'activité cardiaque. Notons que, à un moment donné de sa vie, jusqu'à 40% de la population fait l'expérience d'une perte de connaissance due à une syncope. Cette dernière peut toucher à tout âge en sachant que les causes varient avec l'âge et, que chez les adultes âgés, les causes sont souvent multiples.

### ✓ Dans de nombreux cas de crise syncopale, des explications et des paroles de réconfort de la part d'un médecin ou d'une infirmière suffisent

Si la cause de la syncope reste incertaine, s'il existe des symptômes particulièrement inquiétants ou s'il y a des antécédents familiaux de maladie cardiaque, la consultation d'un spécialiste s'impose.

### ✓ Il y a trois raisons principales à la perte de connaissance :

- **La syncope : une chute soudaine du débit sanguin cérébral.** La syncope a pour cause un problème de régulation de la pression artérielle ou un problème cardiaque.

- **L'épilepsie : un « court-circuit » électrique dans le cerveau.** On parle généralement de crises épileptiques. Le diagnostic de l'épilepsie est fait par un neurologue.
- **Dans de nombreux cas de crise syncopale, des explications et des paroles de réconfort de la part d'un médecin ou d'une infirmière suffisent.** Si la cause de la syncope reste incertaine, s'il existe des symptômes particulièrement inquiétants ou s'il y a des antécédents familiaux de maladie cardiaque, la consultation d'un spécialiste s'impose.

### ✓ L'erreur diagnostique est courante mais évitable :

- De nombreuses syncopes sont attribuées à l'épilepsie.
- Toutefois, l'épilepsie ne touche qu'un peu moins de 1% de la population.
- Au Royaume-Uni, des études ont montré qu'environ 30% des adultes et jusqu'à 40% des enfants diagnostiqués comme souffrant d'épilepsie n'ont pas cette pathologie.
- De nombreux éléments d'une crise syncopale, comme les mouvements désordonnés des membres, sont semblables à ceux d'une crise d'épilepsie.
- Il peut être difficile de discerner les causes de l'épisode.

### ✓ La syncope provoque des chutes :

- La syncope provoque un nombre important de chutes chez les adultes d'un certain âge, les chutes étant soudaines et n'étant manifestement pas le résultat d'un faux pas ou d'une glissade.
- De nombreux adultes d'un certain âge se rappellent une chute mais ne se rendent pas compte qu'ils ont perdu connaissance.
- Une meilleure connaissance de la syncope comme cause de chute est essentielle pour traiter et prévenir efficacement les chutes récurrentes.

# CheckList – pertes de connaissance



## CHECKLIST: Préparation de la visite chez le médecin

- Avant d'aller chez votre médecin, il est important que vous notiez ce qui s'est passé avant, pendant et après une perte de connaissance ou une chute, y compris tous les symptômes que vous avez éprouvés.
- Tâchez de vous faire accompagner par un membre de votre famille ou un ami qui a assisté à votre ou à vos pertes de connaissance (ou chutes). S'ils ne peuvent pas vous accompagner, demandez-leur de noter sur la CheckList ce qu'ils ont vu exactement et/ou d'indiquer comment le médecin peut les contacter, si besoin est. S'ils peuvent documenter l'attaque via un enregistrement vidéo, cela peut souvent aider.
- Antécédents familiaux ; vérifiez auprès de vos parents s'il y a des antécédents familiaux de pertes de connaissance, d'évanouissements, d'épilepsie ou de mort subite, inexpliquée. C'est important car cela permet souvent de trouver la cause probable de vos pertes de connaissance.
- S'il y a des questions que vous voulez poser à votre généraliste ou à votre spécialiste, notez-les sur la liste de vérification pour ne pas oublier de les poser lors de la consultation.
- Assurez-vous que la syncope et l'épilepsie ont toutes deux été envisagées. Demandez à être reçu(e) par un spécialiste de la syncope ou par un cardiologue et/ou un neurologue si vous n'êtes pas sûr(e) du diagnostic posé. Vous pouvez demander à être adressé(e) à un service de consultation local spécialisé en pertes de connaissance, en arythmies cardiaques.
- Prenez des notes détaillées – utilisez la place disponible sur la CheckList.
- Emmenez la liste de vérification et vos notes avec vous.

## CHECKLIST: Questions à poser à votre médecin

Lors de votre visite chez le médecin, vous pouvez avoir du mal à vous souvenir de tout. Voici quelques suggestions quant aux questions qu'il peut être utile de poser lors de la visite. Une partie de la liste de vérification est prévue pour noter les questions à poser à votre médecin.

- Puis-je continuer d'aller à l'école ou au travail avant d'avoir vu le spécialiste ?
- Puis-je faire de la gymnastique ou du sport avant d'avoir vu le spécialiste ?
- Puis-je continuer de conduire avant d'avoir vu le spécialiste ?
- Quelle est la probabilité qu'un test permette un diagnostic définitif ?
- Qu'est-ce que le traitement va impliquer ? Pensez-vous qu'il me faudra aller souvent à l'hôpital ou y passer la nuit ?

**Vous aider, vous et votre médecin, à établir le bon diagnostic après une perte de connaissance ou une chute inexpliquée**



### CHECKLIST: Se prépare aux examens spécialisés à l'hôpital

- A la suite de votre visite chez le médecin, il se peut que vous soyez adressé(e) à un spécialiste pour des examens destinés à découvrir la cause de vos pertes de connaissance. Vous y préparer vous permettra d'aborder plus sereinement votre consultation à l'hôpital. Visitez dès à présent le site [www.stars-fr.eu](http://www.stars-fr.eu) pour en savoir plus sur ces examens.
- Les toutes dernières directives concernant le diagnostic de la syncope recommandent de faire subir au patient suspecté d'en être victime, l'un des examens suivants. Assurez-vous que l'examen proposé est approprié à la nature de vos symptômes.
- Vos trouverez sur le site de [www.stars-fr.eu](http://www.stars-fr.eu) des fiches d'informations sur les examens diagnostiques suivants.

#### Tout patient victime d'une perte de connaissance inexpliquée doit faire l'objet d'un contrôle du rythme cardiaque par un électrocardiogramme (ECG) à 12 dérivations

- **ECG à 12 dérivations pour l'analyse du rythme cardiaque** – Tout patient venant de faire une perte de connaissance inexpliquée doit faire l'objet d'un contrôle du rythme cardiaque par un ECG à 12 dérivations. En cas d'incertitude diagnostique, l'ECG doit être examiné par un spécialiste des troubles du rythme cardiaque électrophysiologiste ou rythmologue).

#### Examens pour le diagnostic d'une syncope :

- **Enregistrement de la tension artérielle en position couchée et debout** – des baisses de tension artérielle lors de changements de position peuvent causer des vertiges, des

chutes et des pertes de connaissance, notamment chez les patients âgés et chez ceux qui sont sous médicaments anti-hypertenseurs ou diurétiques.

- **Test d'inclinaison (=Tilt test)** – Procédure utilisée pour provoquer un épisode syncopal; le patient étant relié à un moniteur cardiaque et à un moniteur de tension artérielle.
- **Moniteur cardiaque** – Utilisé pour enregistrer le rythme cardiaque en dehors de l'hôpital et à activer lors d'un épisode. Un moniteur cardiaque sur 24 heures/7 jours a très peu de probabilité d'être utile si vos pertes de connaissance se produisent une fois par semaine, aussi, n'ayez pas peur de vous renseigner sur les autres options.
- **Moniteur cardiaque implantable (ILR)** – Cet appareil doit être utilisé pour la surveillance du rythme cardiaque pendant plusieurs mois si la fréquence des épisodes est inférieure à 4 semaines. L'appareil peut rester en place durant plus de 3 années.

#### Examens pour le diagnostic des crises d'épilepsie :

- **Électroencéphalogramme (EEG)** – Pour l'analyse de l'activité électrique cérébrale. L'EEG ne peut pas être utilisé pour diagnostiquer l'épilepsie mais il est utile aux neurologues pour déterminer le type d'épilepsie. L'EEG est beaucoup moins utile passé l'âge de 35 ans.
- **IRM cérébrale ou scanner cérébral** – Ces examens n'ont pas pour but de diagnostiquer une épilepsie mais d'en rechercher la cause éventuelle.

### CHECKLIST: Questions à poser à votre spécialiste

Lors de votre visite chez le spécialiste, vous pouvez avoir du mal à vous souvenir de tout. Voici quelques suggestions quant aux questions qu'il peut être utile de poser lors de la visite. Une partie de la CheckList est prévue pour noter les questions à poser à votre médecin.

- Puis-je continuer à conduire ?
- Si un traitement vous est proposé, vous pouvez souhaiter demander s'il va résoudre le problème. Si aucun traitement ne vous est proposé, ne manquez pas de demander la meilleure manière de prendre en charge votre pathologie.
- Quelle la probabilité qu'un test permette un diagnostic définitif ?



### Préparation de la CHECKLIST

Il est parfois difficile de se souvenir de tout lors d'une consultation. La liste de vérification est à compléter. Si un ami ou un parent a été témoin de votre chute ou de votre perte de connaissance, il peut être utile de lui demander de l'aide pour remplir le formulaire. Cela aidera votre médecin à vous envoyer chez le spécialiste approprié et à celui-ci de aussi pour évoquer le bon diagnostic.

Pour que les médecins soient à même de vous envoyer chez le bon spécialiste ou d'établir le bon diagnostic, vous devez fournir le plus de détail possible sur vos pertes de connaissance ou vos chutes.

Nom : \_\_\_\_\_

1. Établissez la liste des médicaments que vous prenez régulièrement : \_\_\_\_\_

2. Êtes-vous victime de pertes de connaissance, de chutes ou des deux ? (cocher la réponse appropriée)

- Perte de connaissance                       Chute                       Perte de connaissance et chute

Si vous êtes victime de chutes, sont-elles inexplicables ou dues à un faux pas ou à une glissade ?

- Inexplicables                       Glissement ou faux pas

3. Perdez-vous souvent conscience? (cocher la réponse appropriée)

- Oui                       Non

Combien de temps êtes-vous inconscient(e) ? \_\_\_\_\_

4. Quelle est la fréquence de vos pertes de connaissance ou chutes ? (cocher la réponse appropriée)

- Quotidienne                       Hebdomadaire                       Mensuelle  
 Moins fréquente que toutes les 4 semaines

5. Avant une perte de connaissance ou une chute, y-a-t-il eu des signes annonciateurs ? (cocher la réponse appropriée)

- Étourdissement(s)                       Sueurs                       Nausée(s)  
 Pâleur                       Palpitations                       Autre (précisez ci-dessous)

6. Votre perte de connaissance (ou votre chute) est-elle déclenchée par quelque chose ?

(cocher la réponse appropriée. Si un facteur déclenchant s'est produit une fois et un autre une autre fois, cocher les deux)

- Douleur ou une frayeur                       Jeûne                       Alcool  
 Manque de sommeil                       Situation stressante                       Feux clignotants  
 Anxiété                       Passage de la position assise ou couchée, à la position debout  
 Station debout prolongée                       Bouffée de chaleur                       Effort  
 Autre(s) (donner des détails ci dessous)

## 7. Décrivez ce qui se passe lors de votre perte de connaissance ou votre chute

Si vous n'êtes pas conscient(e) ou si vous ne pouvez pas vous rappeler, demandez à quelqu'un qui était présent de vous décrire ce qui s'est passé.

Votre description \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Description d'un ami ou d'un membre de la famille \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Vos membres bougent-ils pendant que vous êtes inconscient(e) ? Secousses aléatoires ou rythmiques ?\*

Aléatoires

Rythmiques

Vos bras bougent-ils autour de votre tête ?\*

Oui

Non

Savez-vous si vos yeux sont ouverts ou fermés ?\*

Ne sais pas

Ouverts

Fermés

S'ils sont ouverts, de quelle manière bougent-ils ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 8. Après votre perte de connaissance

Après votre perte de connaissance ou votre chute, quel temps s'écoule-t-il avant que vous ne repreniez connaissance ?\*

\_\_\_\_\_

Après la perte de connaissance ou la chute, avez-vous l'esprit confus en reprenant conscience ? Combien de temps dure cette sensation ?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Comment vous sentez-vous après une perte de connaissance ou une chute ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Vos pertes de connaissance ou chutes affectent-elles vos activités quotidiennes ou votre qualité de vie ?

Oui

Non

\* Il vous faudra demander à quelqu'un qui a été témoin de votre perte de connaissance

## 9. Antécédents familiaux

Y a-t-il des antécédents de pertes de connaissance dans votre famille ?

Oui

Non

Si oui, qui/quel lien de parenté ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Y a-t-il eu des morts subites dans votre famille avant l'âge de 55 ans ? La cause est-elle connue ?

\_\_\_\_\_

Autres questions que vous souhaitez poser au médecin ou au spécialiste : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_