

INFORMATIONS SUR LA DOULEUR RÉTRO-STERNALE (DRS)



Crédit image : Pixabay

FEUILLET D'ENSEIGNEMENT À L'USAGER

De quoi s'agit-il?

La douleur rétro-sternale (DRS) est communément appelée angine de poitrine. Il s'agit d'une douleur au niveau de la poitrine, provoquée par le rétrécissement ou le blocage d'un vaisseau du cœur (artère coronaire). Celle-ci est l'une des artères qui apportent le sang riche en oxygène aux muscles du cœur. Lorsqu'elle est bloquée, le cœur doit fournir plus d'effort. C'est à ce moment que la douleur à la poitrine apparaît.

Quels sont les symptômes d'une douleur rétro-sternale?

La douleur rétro-sternale se manifeste habituellement après un effort ou un stress émotif et les symptômes peuvent ressembler à ceux d'une crise cardiaque (infarctus). Elle ne dure habituellement que quelques minutes (de 3 à 5 minutes) et elle disparaît au repos et/ou avec la prise de nitroglycérine.

- Douleur ou inconfort au centre de la poitrine qui peut s'étendre aux bras, au cou, au dos, à la gorge ou à la mâchoire et qui est semblable à une brûlure ou à des crampes.
- Engourdissement ou une perte de sensation dans les épaules, les bras ou les poignets.
- Sensation d'oppression, de serrement ou de lourdeur à la poitrine.

La douleur rétro-sternale peut s'accompagner :

- D'essoufflement
- D'étourdissement ou d'une perte de conscience
- De faiblesse
- De fatigue
- De nausées ou de vomissements
- De pâleur
- De sueurs

Quelles sont les complications possibles d'une douleur rétro-sternale?

La douleur rétro-sternale est un signe avant-coureur de problèmes cardiaques plus graves, telle que la crise cardiaque (infarctus). Elle vous avertit d'arrêter l'activité en cours et de vous reposer.

Qui est à risque de ressentir une douleur rétro-sternale?

Les personnes qui ont :

- Un taux élevé de cholestérol (gras dans le sang);
- Une maladie des artères du cœur (maladie coronarienne);
- Une pression artérielle élevée non contrôlée;
- Des problèmes cardiaques.

Comment soigne-t-on la douleur rétro-sternale?

La douleur rétro-sternale se traite habituellement par une combinaison de médicaments et de changements d'habitudes de vie. La modification de certaines de ces habitudes peut diminuer les risques de complications.

■ Pourquoi ai-je été référé à l'accueil clinique par mon médecin?

Votre état requiert une évaluation approfondie afin de préciser le diagnostic et de planifier le traitement le plus approprié, selon votre condition particulière.

L'évaluation par l'équipe de l'accueil clinique peut comporter une évaluation téléphonique à l'aide d'un questionnaire, la prise des signes vitaux, des analyses sanguines et la planification d'examens diagnostiques qui permettront de visualiser l'état des vaisseaux sanguins de votre cœur. Ces examens ne sont pas douloureux.

L'infirmière de l'accueil clinique garde un lien avec votre médecin ou votre infirmière praticienne spécialisée en 1^{re} ligne (IPSPL). Soyez assuré que les résultats de vos analyses de laboratoire et de vos examens diagnostiques lui seront envoyés.

Une consultation avec un médecin spécialiste pourrait être demandée.

■ Que dois-je faire?

- Adoptez une alimentation saine et équilibrée en réduisant le sucre, le sel et le gras.
- Réduisez votre consommation de caféine (ex. : café, boissons gazeuses et thé).
- Maintenez un poids santé.
- Limitez votre consommation d'alcool.
- Consultez un professionnel en cessation tabagique.
- Évitez la conduite automobile jusqu'à l'avis contraire du médecin.
- Prenez vos médicaments tels que prescrits.
- Présentez-vous à vos examens.
- Réduisez, dans la mesure du possible, votre niveau de stress.
- Reposez-vous.

■ Quand dois-je consulter d'urgence?

Si d'ici votre consultation avec l'infirmière de l'accueil clinique ou votre prochain rendez-vous médical, vous présentez un ou plusieurs des symptômes suivants, vous devez vous rendre à l'urgence :

- Augmentation des symptômes suivants :
 - Difficulté à respirer
 - Enflure
 - Fatigue
- En présence d'une douleur thoracique :
 - Au repos, récidivante ou en augmentation;
 - Constante pendant plus de 20 minutes dans les dernières 48 heures;
 - Non soulagée par la prise de la nitroglycérine sublinguale, si prescrite, à trois reprises pour le même épisode de douleur.

■ Qui puis-je contacter?

- L'infirmière de l'accueil clinique est disponible afin de répondre à vos questions pendant les heures d'ouverture, selon chaque secteur :

Accueil clinique	
Saint-Eustache	450 473-6811, poste 44104
Saint-Jérôme	450 432-2777, poste 23950
Sainte-Agathe	819 324-4000, poste 34713 ou 34707
Mont-Laurier	819 623-1234, poste 54665 ou 54115

- Info-Santé en composant le 811 (service disponible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7).