

Insuffisance cardiaque chronique chez les adultes

Promotion de la santé: soutenir la perception des symptômes

Les infirmières peuvent encourager les personnes souffrant d'insuffisance cardiaque à observer les symptômes de leur maladie et gérer leurs auto-soins – cette intervention permet d'éviter des hospitalisations d'urgence et réduit la mortalité.

Texte: Gabrielle Santos, Roger Hullin, Petra Schäfer-Keller

Cet article est la synthèse d'une revue systématique de la littérature sur la perception des symptômes dans l'insuffisance cardiaque (Santos G. C. et al., 2020). Pour les personnes concernées, surveiller les symptômes de la maladie et les interpréter est difficile. Cela peut avoir pour conséquence des délais trop longs avant de consulter et des situations d'urgence qui nécessitent une hospitalisation, avec un allongement de la durée d'hospitalisation. L'insuffisance cardiaque chronique représente donc un défi tant pour les personnes concernées que pour le système de santé dans son ensemble.

L'insuffisance cardiaque en bref

L'insuffisance cardiaque est causée par une anomalie cardiaque structurelle et/ou fonctionnelle. Elle se caractérise par des symptômes tels que la dyspnée, les œdèmes et la fatigue (Ponikowski P. et al., 2016). Cette maladie chronique touche plus de dix pourcents des personnes de plus de 70 ans en Suisse, soit plus de 150 000 individus. Elle est la principale cause d'hospitalisation au-delà de 65 ans. Les personnes ayant cette maladie souffrent de neuf

à douze symptômes éprouvés au quotidien (Schäfer-Keller P. et al., 2021). La progression de la maladie se caractérise par une succession d'épisodes de décompensation cardiaque, qui diminuent les capacités fonctionnelles et la qualité de vie.

Perception des symptômes

La perception des symptômes consiste à surveiller, reconnaître et interpréter les symptômes de sa propre maladie. Ces activités peuvent être regroupées dans deux catégories. D'abord, l'observation inclut des comportements comme se peser chaque jour, surveiller ses symptômes de dyspnée ou de fatigue, ou tenir un journal de ses symptômes. Ensuite, l'analyse du corps est une activité cognitive de reconnaissance et d'interprétation de ses

symptômes, consistant par exemple à identifier le fait d'avoir pris du poids, reconnaître une augmentation de ses œdèmes, identifier cela comme un signe de l'insuffisance cardiaque.

Auto-soins et adéquation de la réponse

La perception des symptômes a récemment été décrite comme un élément clé dans le processus des auto-soins. Celui-ci comprend trois niveaux d'action successifs. En premier, la maintenance des

“
La perception des symptômes est constituée d'activités d'observation et d'analyse du corps.
”

auto-soins concerne les comportements permettant de maintenir une bonne santé, tels que l'activité physique. Puis, la perception des symptômes est constituée d'activités d'observation et d'analyse du corps. Finalement, la gestion des auto-soins permet la réponse

Un message essentiel à transmettre aux personnes insuffisantes cardiaques: elles peuvent améliorer leur qualité de vie en observant les symptômes de leur maladie, par exemple en contrôlant régulièrement leur poids.



aux symptômes lorsqu'ils apparaissent, par exemple réduire la consommation de sel lors d'une prise de poids (Riegel B. et al., 2016). La perception des symptômes est donc une étape nécessaire pour pouvoir atteindre le troisième niveau des auto-soins. Si une personne répond de façon adéquate aux symptômes lorsqu'ils apparaissent, elle en tirera des bénéfices pour sa santé.

Impact des interventions et résultats

De nombreuses études ont démontré que des auto-soins adéquats peuvent réduire la mortalité et le risque d'hospitalisation liés à une insuffisance cardiaque. Quelques études de faisabilité ont testé des interventions ciblant la perception des symptômes. D'autres recherches seront nécessaires pour mesurer l'impact de ces interventions sur la santé. Néanmoins, plusieurs études liées à la perception des symptômes attestent déjà de résultats positifs (voir synthèse dans l'encadré). Des participants ont signalé une diminution de la fréquence, de l'intensité et du fardeau des symptômes, une augmentation des auto-soins ainsi qu'une meilleure qualité de vie. Les comportements de perception des symptômes sont associés également à une meilleure santé générale et à une diminution de la mortalité, des hospitalisations, de la durée de séjour et des coûts. D'autres études devront tester la faisabilité et l'acceptabilité des interventions soutenant spécifiquement la perception des symptômes chez les personnes insuffisantes cardiaques, puis évaluer leurs effets. Une

Les auteurs

Gabrielle Santos, MScN, infirmière, collaboratrice scientifique HES à la Haute Ecole de Santé Fribourg HES-SO et doctorante à l'Institut universitaire de formation et de recherche en soins (IUFRS) de l'Université de Lausanne (UNIL). gabrielle.santos@hefr.ch.

Roger Hullin, cardiologue, spécialiste de l'insuffisance cardiaque et de la transplantation, médecin adjoint et responsable du secteur de l'insuffisance cardiaque et de la transplantation du service de cardiologie du CHUV et professeur associé à l'UNIL.

Petra Schäfer-Keller, PhD RN, infirmière, professeure HES ordinaire et responsable de l'unité de recherche Interventions infirmières complexes à la Haute Ecole de Santé Fribourg HES-SO. petra.schaeferkeller@hefr.ch

Synthèse

Le contenu des interventions

Les interventions qui soutiennent les personnes insuffisantes cardiaques dans la perception de leurs symptômes encouragent l'apprentissage du monitoring quotidien des symptômes. Ce soutien se fait en leur donnant des supports pour documenter leurs symptômes tels que des journaux, graphiques, carnets de santé ou applications pour smartphones et une balance. Ces interventions leur apprennent aussi à reconnaître et interpréter les symptômes à l'aide de questions relatives à l'écoute du corps et de questions réflexives visant à soutenir leur apprentissage à partir de leur propre expérience.

étude de faisabilité est en cours dans le canton de Fribourg au sein du service d'aide et de soins à domicile de la Sarine pour tester la faisabilité et l'acceptabilité de ce type d'interventions en incluant les proches des personnes concernées¹.

Le rôle clé des infirmières

Les infirmières sont dans une position clé pour accompagner les personnes insuffisantes cardiaques (voir recommandations dans l'encadré). Afin d'individualiser leurs interventions, elles peuvent évaluer les auto-soins en utilisant un questionnaire des auto-soins dans l'insuffisance cardiaque (Riegel B. et al, 2021). Ensuite, elles peuvent proposer des soins centrés sur la personne, sur la base des réponses au questionnaire, et soutenir les patients dans la perception de leurs symptômes avec des interventions ciblées de soutien à l'observation et à l'analyse du corps. Enfin, la communication aux médecins de leur évaluation et interventions contribue au suivi multidisciplinaire.

¹ Essai clinique SYMPERHEART. Supporting symptom perception in persons living with heart failure. ISRCTN 18151041 <https://www.isrctn.com/ISRCTN18151041>



Les références et liens relatifs à cet article se trouvent dans l'édition numérique sur www.sbk-asi.ch/app

Recommandations, kit et index

Implications pour la pratique

La Société européenne de cardiologie recommande un soutien à la pratique des auto-soins tout au long de la maladie. La perception des symptômes nécessite une attention spécifique. Dans ce cadre les infirmières peuvent aider les personnes à:

- identifier leurs symptômes spécifiques de péjoration de la fonction cardiaque,
- surveiller ces symptômes quotidiennement en les documentant dans un journal,
- interpréter les résultats pour réagir lorsqu'une réponse est nécessaire.

Le kit de formation pour insuffisants cardiaques de la Fondation suisse de cardiologie est un support précieux pour les patients et leurs soignants. Il contient un livret de formation, un journal de contrôle cardiaque, des recommandations alimentaires et un mémento personnel des médicaments prescrits. Il existe également un index des auto-soins dans l'insuffisance cardiaque à disposition des professionnels qui leur permet d'évaluer les auto-soins des personnes ayant une insuffisance cardiaque. Cet index, traduit en français par Petra Schäfer-Keller, se trouve sur www.self-care-measure.com.

Résultats probants

De la science à la pratique

La rubrique Pratiques exemplaires, réalisée dans le cadre d'une collaboration avec l'Institut universitaire de formation et de recherche en soins (IUFRS) à Lausanne, présente des recommandations pour la pratique clinique en soins infirmiers, basées sur des résultats probants issus de la recherche. Ces recommandations sont appliquées en tenant compte du contexte local et des besoins du patient et de ses proches.