



Consultez le JAMC
en ligne à l'adresse
www.cmaj.ca

Un médicament pour le cœur améliore les fonctions physiques des aînés

Un médicament fréquemment prescrit pour traiter l'insuffisance cardiaque congestive ou l'hypertension peut aider les personnes âgées qui ne sont pas aux prises avec des problèmes cardiaques à mieux fonctionner physiquement. Des chercheurs de l'Université de Dundee en Écosse ont étudié les effets d'une dose normale de perindopril, un inhibiteur de l'enzyme de conversion de l'angiotensine, chez les personnes de 65 ans et plus qui éprouvaient des problèmes de mobilité et d'autres formes de troubles fonctionnels. Après 20 semaines de traitement avec ce médicament, les patients ont observé une amélioration significative de leurs fonctions, en comparaison de ceux d'un groupe comparable à qui on avait administré un placebo. Les personnes soumises au traitement ont manifesté une meilleure habileté à marcher pendant six minutes, de même qu'une détérioration moins importante de la qualité de vie associée aux problèmes de santé. Les avantages que procure le perindopril se comparent à ceux observés dans le cadre d'un programme d'exercice de six semaines et l'on n'a pu établir aucun lien entre ce médicament et un taux élevé d'effets secondaires. Selon les chercheurs, les médecins qui prescrivent déjà du perindopril à leurs patients souffrant d'insuffisance cardiaque congestive ou d'hypertension en plus d'éprouver des difficultés motrices devraient être encouragés par cette découverte. Selon le Dr Ann Cranney, épidémiologiste à l'Institut de recherche en santé d'Ottawa, « cette découverte fournit aux médecins une raison supplémentaire de prescrire un inhibiteur de l'enzyme de conversion de l'angiotensine, en particulier aux patients pour qui il est difficile de suivre un programme d'exercice. » Selon les chercheurs, ce médicament pourrait être bénéfique pour améliorer les fonctions musculaires durant les exercices et pour augmenter dans le muscle le type de tissu qui améliore la capacité de faire des exercices.

Conseils sur le vaccin anti-grippe

Les femmes enceintes figurent maintenant sur la liste des gens à qui l'on recommande de se protéger contre les complications possibles de l'influenza. Cette liste, établie par un comité consultatif national, englobe les aînés, les résidents des établissements de soins de longue durée, les gens souffrant d'une maladie chronique, de même que tous ceux et celles qui leur prodiguent des soins. Toutefois, comme le précisent les spécialistes, il n'y a que des avantages à recevoir le vaccin anti-grippe, même si on est un enfant ou un adulte en santé. Pour reprendre l'explication du Dr Noni MacDonald, rédactrice en chef, section Santé publique, pour le JAMC, le vaccin anti-grippe entraîne très peu d'effets secondaires, à part une douleur passagère au bras et, occasionnellement, une fièvre légère ou des muscles endoloris, mais ceux-ci ne sont pas les symptômes de l'influenza. « Ils sont la preuve que notre corps est en train de développer de bonnes défenses contre la souche de grippe contenue dans le vaccin », explique-t-elle.

de l'Association médicale canadienne

Les aimants contre la douleur ? Oubliez ça !

Des études sérieuses réalisées sur le sujet sont unanimes : les aimants sont totalement inefficaces dans le soulagement de la douleur. Bien qu'aux États-Unis, où les aimants représentent un marché de plusieurs milliards de dollars, des fabricants aient intégré des aimants à des bracelets, des bandages pour les jambes, des colliers et même des couvre-matelas, aucun principe scientifique ne peut expliquer en quoi les aimants pouvaient être efficaces. Des chercheurs britanniques des universités d'Exeter et de Plymouth ont étudié les résultats de tous les essais cliniques effectués sur les aimants. À l'exception de la douleur causée par l'arthrose — pour laquelle les preuves sont encore insuffisantes — les accessoires aimantés n'ont eu aucun effet sur le contrôle de la douleur, qu'elle soit d'origine musculaire ou autre. Donc, les chercheurs ont affirmé que les aimants ne peuvent être recommandés comme traitement anti-douleur.

Le cancer colorectal : l'importance du dépistage

Les Canadiens devraient en faire plus en matière de dépistage du cancer colorectal. Telle est la conclusion d'une étude réalisée auprès des médecins de famille de quatre provinces, dont le but était de savoir combien d'entre eux procèdent à des tests de dépistage du cancer colorectal chez leurs patients. Le dépistage est d'une importance primordiale pour ce type de cancer puisqu'il permet, dans pratiquement tous les cas, de prévenir la maladie ou de la traiter avec succès si elle est diagnostiquée à un stade précoce. Au Canada, on recommande à toute personne de 50 ans ou plus de subir chaque année, ou tous les deux ans, une évaluation au moyen du test de dépistage de sang occulte dans les selles.

Dans le cadre de ce test, le patient doit soumettre un échantillon de selles pour analyse. Cette recommandation vaut pour les personnes qui ne présentent pas de risque élevé, c'est-à-dire qui n'ont pas d'antécédents familiaux et qui n'ont jamais subi de traitement contre les polypes, entre autres. Le test permet de détecter, dans les selles, du sang qui pourrait être l'indicateur des premiers signes d'un cancer ou d'excroissances précancéreuses.

Dans le cadre d'une autre étude réalisée par des médecins de l'Université d'Ottawa en 2003, à partir des résultats d'un sondage qui tentait d'évaluer la fréquence du dépistage, on a découvert que 17,6 % seulement des patients avaient subi des tests de dépistage dans le laps de temps recommandé. L'étude a révélé aussi que les gens qui consultaient régulièrement leur médecin de famille avaient de meilleures chances de subir des tests selon la fréquence recommandée. Si vous avez 50 ans ou plus, dites à votre médecin que vous souhaitez subir un test de dépistage du cancer colorectal. (Voir aussi *Cancer colorectal*, p. 31.)

Réduire les risques de maladie cardiovasculaire... par téléphone !

Les preuves sont de plus en plus probantes quant à l'efficacité des programmes qui visent à aider les gens à réduire leurs risques de maladie cardiaque par l'adoption d'un mode de vie sain. Des chercheurs de plusieurs centres de santé de Colombie-Britannique ont découvert qu'en remettant aux gens un bilan de santé et en leur offrant l'accès à deux courtes consultations téléphoniques avec une infirmière affiliée à un service de conseils-santé, on pouvait réduire considérablement le résultat total des risques mesurables de maladie cardiovasculaire. Dans le cadre de cette étude, 315 adultes que l'on estimait « à risques » ont été répartis au hasard dans deux groupes. Ceux qui appartenaient au groupe d'intervention se sont vu remettre un bilan de santé sur lequel figuraient leurs risques de maladie cardiovasculaire fondés sur leurs facteurs de risques personnels, comme le tabagisme ou une alimentation inadéquate. Ces personnes ont eu droit aussi à deux consultations téléphoniques de 30 minutes, à six mois d'intervalle, sur les moyens de réduire leurs facteurs de risque. Les participants de l'autre groupe, pour leur part, n'ont reçu que les soins de santé habituels. Lors de leur évaluation, un an plus tard, les membres du groupe qui ont pu profiter d'une consultation téléphonique se sont classés beaucoup mieux dans l'échelle de prévention des risques de maladie cardiovasculaire que ceux qui n'y ont pas eu accès. « Il se peut qu'une intervention plus intense ait des répercussions plus importantes chez les patients », de dire le Dr David Alter, spécialiste en maladies cardiovasculaires de Toronto, qui a passé en revue les implications de cette étude.

