MÉDECINE INTERNE GÉNÉRALE COURS DE REVUE

NOVEMBRE 2020

DR TIFFANY PRIESTER

CARDIOLOGUE DU PERSONNEL, VA LOMA LINDA HEALTHCARE SYSTEM

PROFESSEUR ADJOINT DE MÉDECINE, UNIVERSITÉ DE LOMA LINDA

PROFESSEUR AGRÉGÉ DE MÉDECINE, UNIVERSITÉ DE CALIFORNIE À RIVERSIDE

MALADIES CHRONIQUES COURANTES

- Hypertension
- Obésité
- Diabète ou syndrome métabolique
- Hyperlipidémie
- Insuffisance rénale chronique
- Arthrose / maladie dégénérative des articulations
- Dépression / anxiété
- Asthme / BPCO
- Insuffisance cardiaque congestive

Figure 1. WHO estimates of proportions of deaths in Malawi 2002 causes by infectious and non-communicable diseases compared to other countries

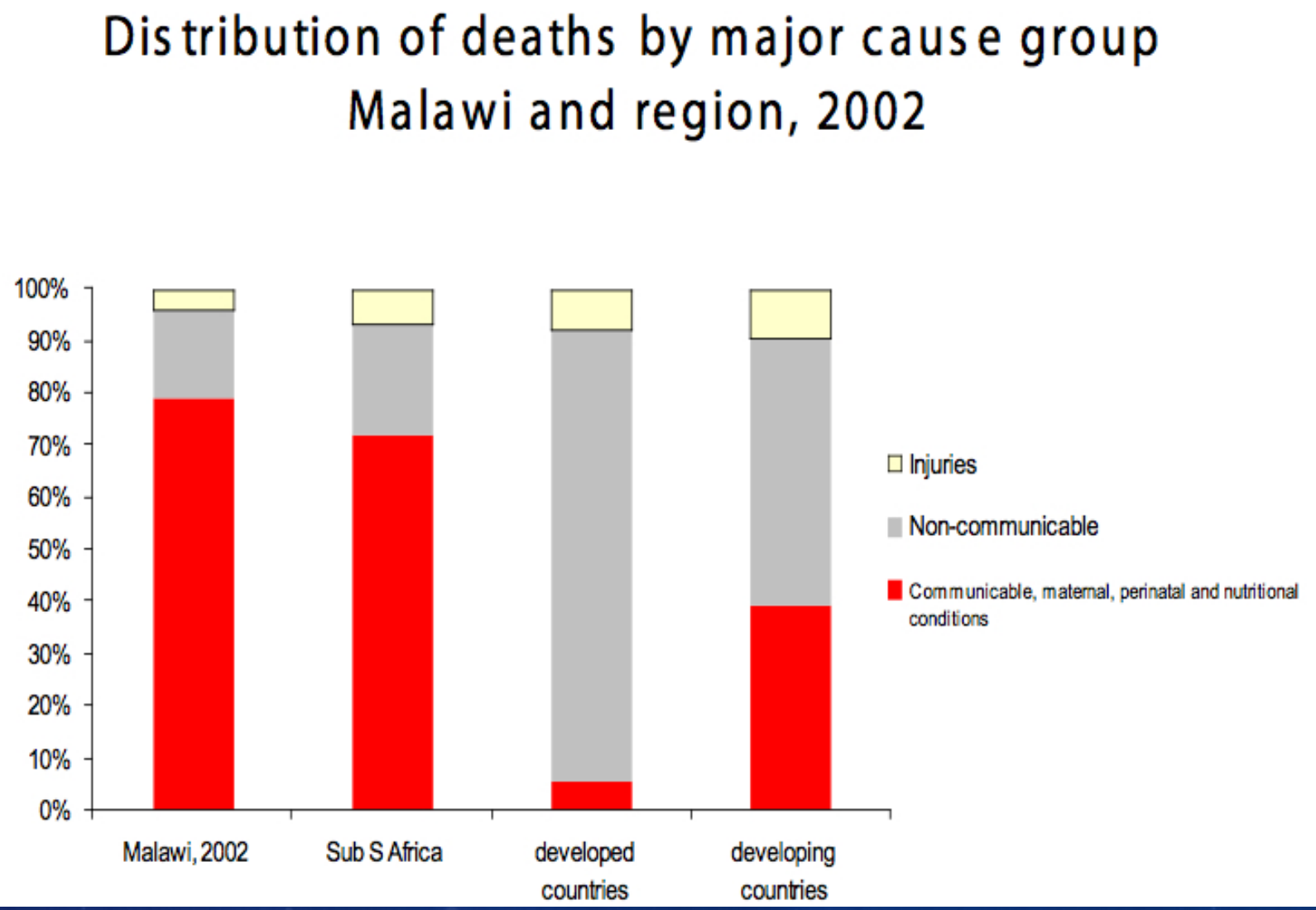


Table 5.9 GBD Estimates of Leading Causes of Death, by Sex, 2000

Cause of death in all persons (10,778,044)	Total deaths (%)	Cause of death in males (5,557,783)
1 HIV/AIDS	20.4	1 HIV/AIDS
2 Malaria	10.1	2 Lower respiratory infections
3 Lower respiratory infections	9.8	3 Malaria
4 Diarrheal diseases	6.5	4 Diarrheal diseases
5 Perinatal conditions	5.1	5 Perinatal conditions
6 Measles	4.1	6 Measles
7 Cerebrovascular disease	3.3	7 Tuberculosis
8 Ischemic heart disease	3.1	8 Ischemic heart disease
9 Tuberculosis	2.8	9 Cerebrovascular disease
10 Road traffic accidents	1.8	10 Road traffic accidents
11 Pertussis	1.6	11 Violence
12 Violence	1.2	12 Pertussis
13 COPD	1.1	13 War
14 Tetanus	1.0	14 COPD
15 Nephritis and nephrosis	0.9	15 Tetanus
16 Malnutrition	0.9	16 Malnutrition
17 War	0.8	17 Drownings
18 Syphilis	0.8	18 Syphilis
19 Diabetes mellitus	0.7	19 Nephritis and nephrosis
20 Drownings	0.6	20 Prostate cancer
21 All other specific causes	23.2	21 All other specific causes

Source: Authors.

Note: COPD = chronic obstructive pulmonary disease.

MALADIES CHRONIQUES

- Première cause de morbidité et de mortalité dans le monde
- Principale cause de morbidité et de mortalité en Afrique subsaharienne
  - 50 à 60 % des maladies transmissibles
  - 40 à 50 % des maladies non transmissibles
    - Cardiovasculaire (hypertension, accident vasculaire cérébral, insuffisance cardiaque et cardiopathie valvulaire, cardiopathie ischémique)
    - BPCO / asthme
    - Diabète
    - Maladie du rein
    - Violence / traumatisme, accidents, grossesse

MALADIES CARDIOVASCULAIRES

- Hypertension — lésions des organes terminaux
  - Insuffisance cardiaque et fibrillation auriculaire
  - Accident vasculaire cérébral
  - Néphropathie
  - Rétinopathie
- Diabète — lésions des organes terminaux
  - Insuffisance cardiaque et cardiopathie ischémique
  - Accident vasculaire cérébral
  - Néphropathie
  - Rétinopathie

MALADIES CARDIOVASCULAIRES

- Maladies chroniques et lésions des organes terminaux
  - Lentement progressives
  - Stade réversible précoce
  - Stade irréversible ultérieur
  - Prend souvent des années, voire des décennies
- Souvent, les patients et les praticiens traitent à la fois l'hypertension et le diabète
- Des lignes directrices
  - Accent sur le dépistage
  - Accent sur le suivi régulier et l'atteinte des objectifs de la thérapie dirigée

MALADIES CHRONIQUES COURANTES

- Physiopathologie sous-jacente commune ?
  - Alimentation et mode de vie>>> génétique
  - Capacité fonctionnelle réduite un prédicteur indépendant de toutes les causes de mortalité !!
- Polypharmacie !
- Effet du statut socio-économique, des finances et de la santé mentale
- La meilleure chose pour le patient ?
  - (En plus de l'observance des médicaments)
  - CHANGEMENTS DE STYLE DE VIE

MALADIE CHRONIQUE — ADHÉSION AUX MÉDICAMENTS

- De nombreuses maladies chroniques entraînent des troubles cognitifs
- « Fardeau de la pilule »
- Stigmatisation / préférence de « remèdes naturels »
- Déni / longue période asymptomatique
- Beaucoup de ces éléments créent une boucle de rétroaction
  - Obésité -> maladie dégénérative des articulations-> ne peut pas faire d'exercice -> plus d'obésité
  - insuffisance cardiaque congestive -> Maladie rénale chronique -> rétention d'eau / Hypertension résistante -> plus d'insuffisance cardiaque congestive
- Beaucoup affectent négativement d'autres maladies chroniques
  - L'ibuprofène pour la maladie dégénérative des articulations aggrave l'insuffisance cardiaque congestive et la maladie rénale chronique
  - Frusemide pour insuffisance cardiaque congestive aggrave la goutte et la maladie rénale chronique
  - Créatinine> 2,5 = impossible d'utiliser la spironolactone ou la metformine

MALADIE CHRONIQUE — APPROCHE

1) Discutez de l'histoire naturelle des maladies
2) Discuter des attentes en matière de réponse au traitement
3) Discutez des changements de style de vie nécessaires
4) Discutez de l'utilisation à long terme des médicaments et pourquoi ils aident
5) Discutez des résultats potentiels de l'arrêt des médicaments
6) Notez les médicaments pour éviter les erreurs
7) Discuter de la fréquence des visites / laboratoires / tests
8) Plan d'action pour l'exercice
9) Passe-temps sain

PHARMACOTHÉRAPIE

- Nouvelle étude de la pilule polyvalente réduisant la mortalité et la morbidité dans les zones rurales
  - aspirine / statine / HCTZ / énalapril
- Généralités
  - Presque tous devraient prendre de l'aspirine et des statines (pas d'aspirine pour ceux à faible risque)
  - Donnez-leur un euvolémique (utilisez autant de diurétique que nécessaire)
  - Donnez-leur un médicament normo-tenseur (moyenne de 3 médicaments)
  - Gardez-les sous metformine si vous le pouvez
  - Motivez-les et faites-les bouger
  - Résoudre les problèmes de santé mentale et de sommeil
- Suivez les directives
- Pensez à la fois aux INDICATIONS et aux CONTRE-INDICATIONS

MALADIES CHRONIQUES COURANTES

- Physiopathologie sous-jacente commune ?
  - Alimentation et mode de vie>>> génétique
  - Capacité fonctionnelle réduite un prédicteur indépendant de toutes les causes de mortalité !!
- Polypharmacie !
- Effet du statut socio-économique, des finances et de la santé mentale
- La meilleure chose pour le patient ?
  - (En plus de l'observance des médicaments)
  - CHANGEMENTS DE STYLE DE VIE

ENTREVUE MOTIVATIONNELLE

- Les diapositives suivantes sont sélectionnées parmi les présentations disponibles en ligne

Motivating Employees to Make Lifestyle Changes

by
Elaine Frank, M.Ed., RD
Vice President
American Institute for Preventive Medicine

Incentives Can Increase

- Participation
- Compliance
- Behavior change
- Productivity
- Learning
- Achievement
- Awareness

Health Belief Model
(Becker)

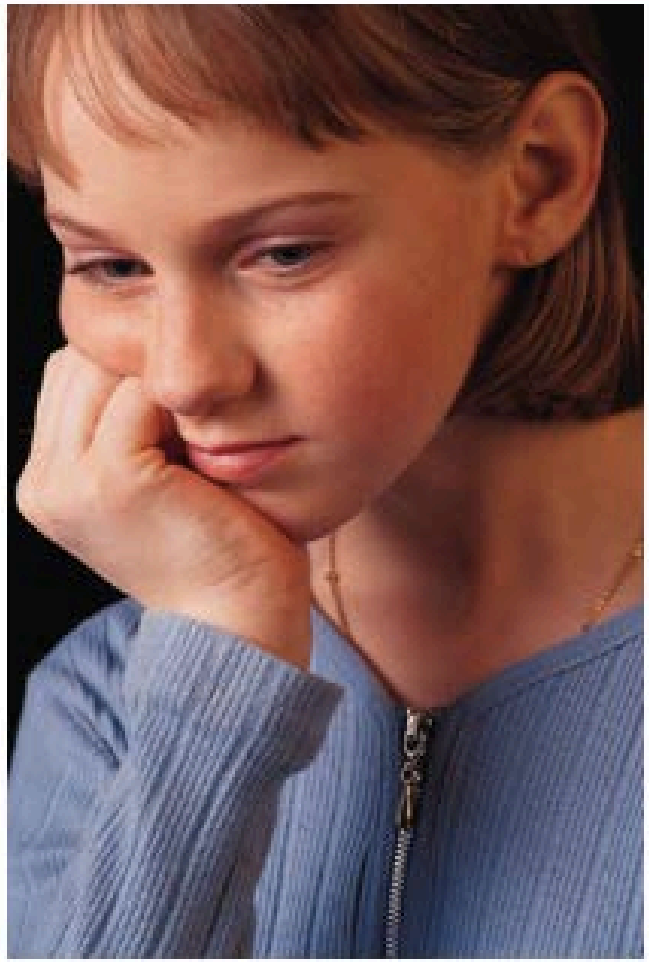
- Recognize existence of risks
- Identify with risk
- Think behavior change reduces risk
- Think behavior change is worth effort

Source: American Journal of Health, 64:205-216, 1974

American Institute for Preventive Medicine
"An Apple A Day Isn't Enough!"

Stages of Change Model
(DiClemente and Prochaska)

- Pre-contemplation
- Contemplation
- Preparation
- Action
- Maintenance



American Institute for Preventive Medicine
"An Apple A Day Isn't Enough!"

Source: Health Psychology, 13:39-46, 1994

Methods for Increasing Motivation/Compliance

- Make materials easy to use
- Use feedback system
- Model and practice techniques
- Provide materials for techniques
- Dramatize the concept
- Make activities enjoyable
- Make materials easy to read

American Institute for Preventive Medicine
An Apple A Day Isn't Enough!

Lifestyle Medicine:

Campaign by American College of Preventive Medicine and American College of Lifestyle Medicine to Inspire Local Champions to Action

Slides adapted with permission from:
Liana Lianov MD, MPH, FACPM
Eleanor Loomis, UC Davis Public Health Program
Michael D Parkinson MD, MPH, FACPM

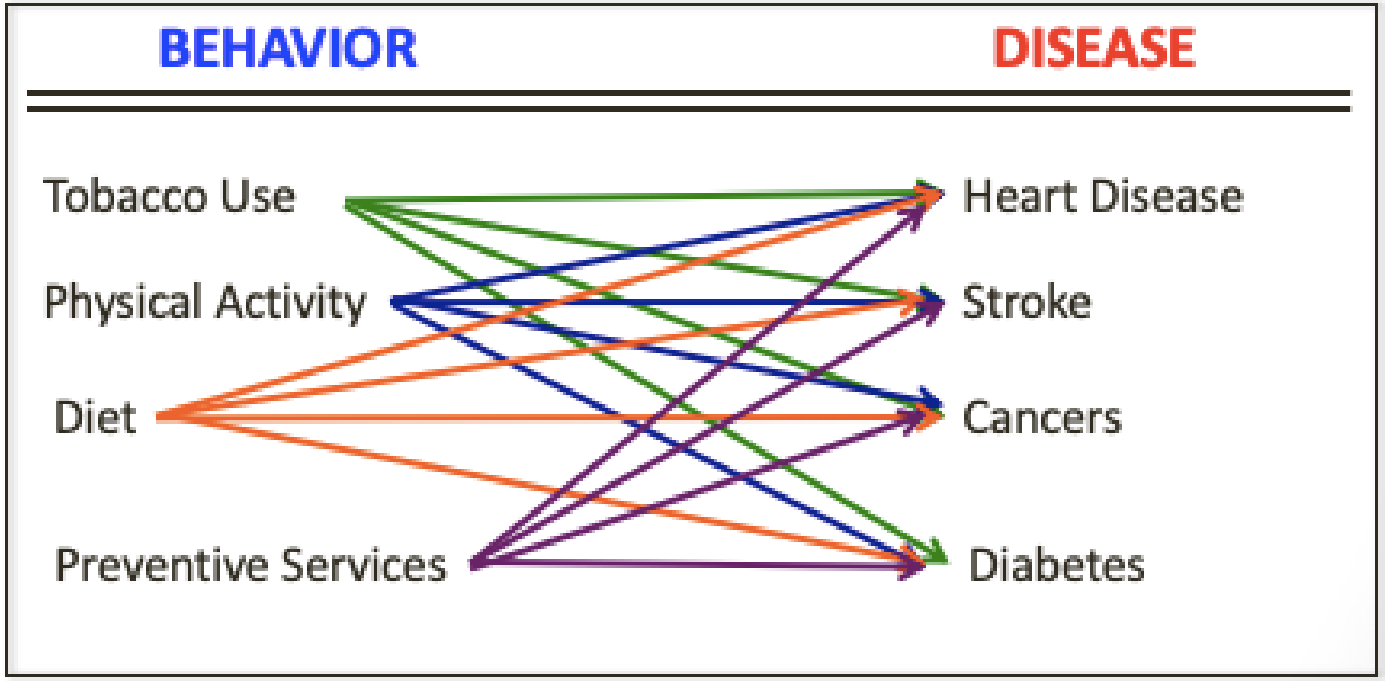
Leading Health Indicators Healthy People 2020

- Physical activity
- Overweight and obesity
- Tobacco use
- Substance abuse
- Responsible sexual behavior
- Mental health
- Injury and Violence
- Environmental quality
- Immunization
- Access to health care

FIGURE ADAPTÉE DE : WWW.BALANCEDWEIGHTMANAGEMENT.COM/THESOCIO-ECOLOGICALMODEL.HTM

Behavioral Determinants

- Virtually ALL of the top 10 leading causes of death in US adults are moderately to STRONGLY influenced by lifestyle patters and behavioral factors



Physician Counseling

- Evidence is mixed about impact of physician counseling on health behavior change (Cochrane)
- May be due to study design: Variety of health behaviors, interventions, application of approaches, length and intensity, statistical power
- US Preventive Service Task Force (USPSTF)
  - In general, the recommendations are in favor of physician counseling
  - Recommendations vary for specific health behaviors

Examples of the Impact of Physician Counseling

- Patients who make behavior change often cite that the physician's advice influenced them (Galuska)
- Sedentary patients increased weekly walking exercises by 5 times when counseled by physician and received health educator booster call (vs. standard of care) (Calfas)
- Patients who were counseled to lose weight more likely to (Huang):
  - Understand risks of obesity
  - Understand benefits of weight loss
  - Higher stage of change of readiness for weight loss

Physician Barriers to Counseling

- Lack of time
- Reimbursement issues
- Insufficient confidence
- Insufficient knowledge
- Insufficient skills
- Others?

- From previous examples
  - Patient's note counseling has significant effect of understanding and motivation
  - BUT physicians often provide insufficient guidance

Examples of Tools for Physicians

- 5 A's- Assess, Advise, Agree, Assist, Arrange
- Americans in Motion—Healthy Interventions (American Academy of Family Physicians)
- Healthier Life Steps (American Medical Association)
- Screening, Brief Intervention, Referral and Treatment (Substance Abuse and Mental Health Services Administration)
- Others

BUT WE NEED ADDITIONAL HELP…

Web Resources:

Michael Parkinson: Healthcare Reform, Preventive Medicine and the Future of Patient Care.http://www.acpm.org/MSS-webinars.htm

Liana Lianov: Lifestyle Medicine Approaches to Effective Employer Health ad Wellness Initiatives. https://live.blueskybroadcast.com/bsb/client/CL_DEFAULT.asp?Client=446569&PCAT=2719&CAT=2719

Liana Lianov: Prescribing Lifestyle Medicine http://www.medscape.com/viewarticle/747743

MALADIES CHRONIQUES COURANTES

- Physiopathologie sous-jacente commune ?
  - Alimentation et mode de vie>>> génétique
  - Capacité fonctionnelle réduite un prédicteur indépendant de toutes les causes de mortalité !!
- Polypharmacie !
- Effet du statut socio-économique, des finances et de la santé mentale
- La meilleure chose pour le patient ?
  - (En plus de l'observance des médicaments)
  - CHANGEMENTS DE STYLE DE VIE

CONTRÔLE DU POIDS RÉUSSI

Le traitement comportemental à long terme, quelle que soit sa forme, encourage les patients à pratiquer quatre comportements clés

1. Exercice régulier
2. Suivre un régime hypocalorique
3. Surveillez votre poids régulièrement
4. Enregistrer la prise alimentaire et l'activité physique

Wadden TA and Butryn ML. Behavioral treatment of obesity. *Endocrinol Metab Clin N Am* 32 (2003) 981–1003.

*The calories are the same. The volume is not!**

You Can Eat

This	or	This
three pounds of apples		four-ounce chocolate
five baked potatoes		five-ounce steak
five ears of corn		10.7-ounce milk shake
25 medium carrots		a small brownie

Should I check labels for sugar?

Yes, but realize that sugar may also be hidden by giving it a different name. Sucrose, dextrose, lactose, fructose, and maltose, for

FOOD PROCESSING

Concentrates Calories

75 Calories

500 Calories

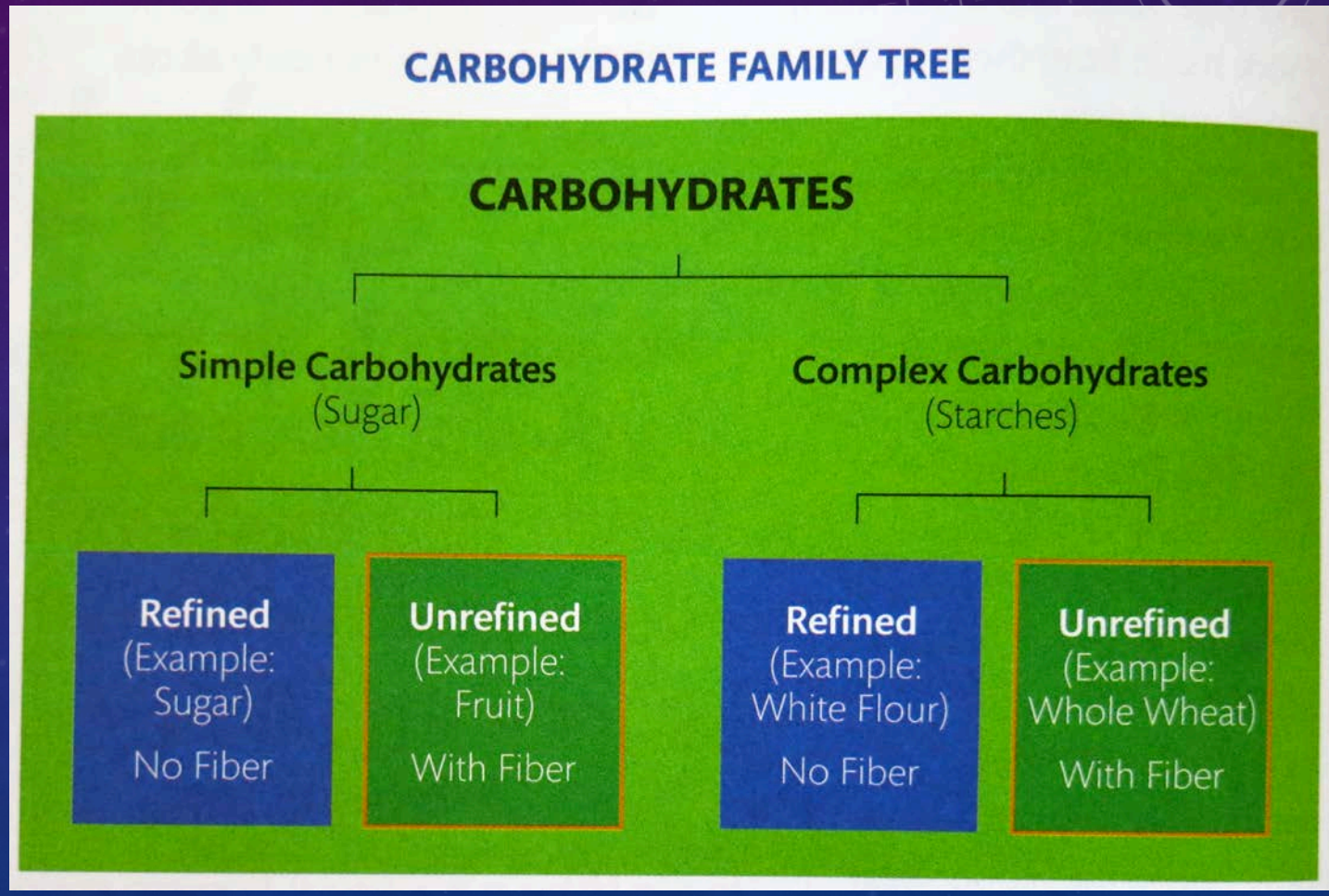
Health Power: Healthy by Choice, Not Chance!
By Diehl & Luddington.

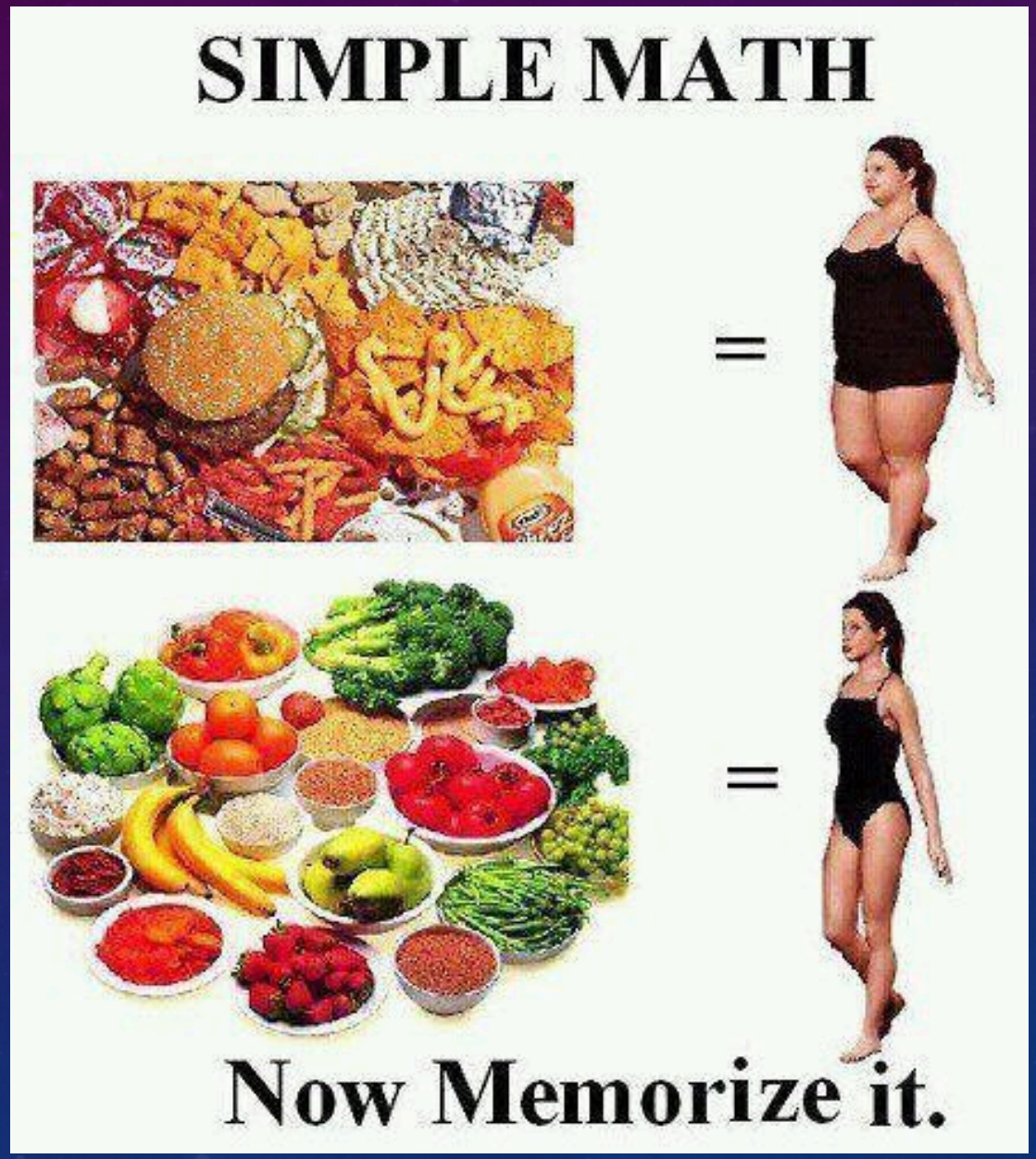
CHOISIR JUDICIEUSEMENT LA NOURRITURE

Combien de mètres de canne à sucre pour faire une canette de Coca-Cola ou de Fanta ?

Combien de pommes pour faire une tasse de jus de pomme ?

Combien de kilos de maïs pour faire un kilo de farine ?



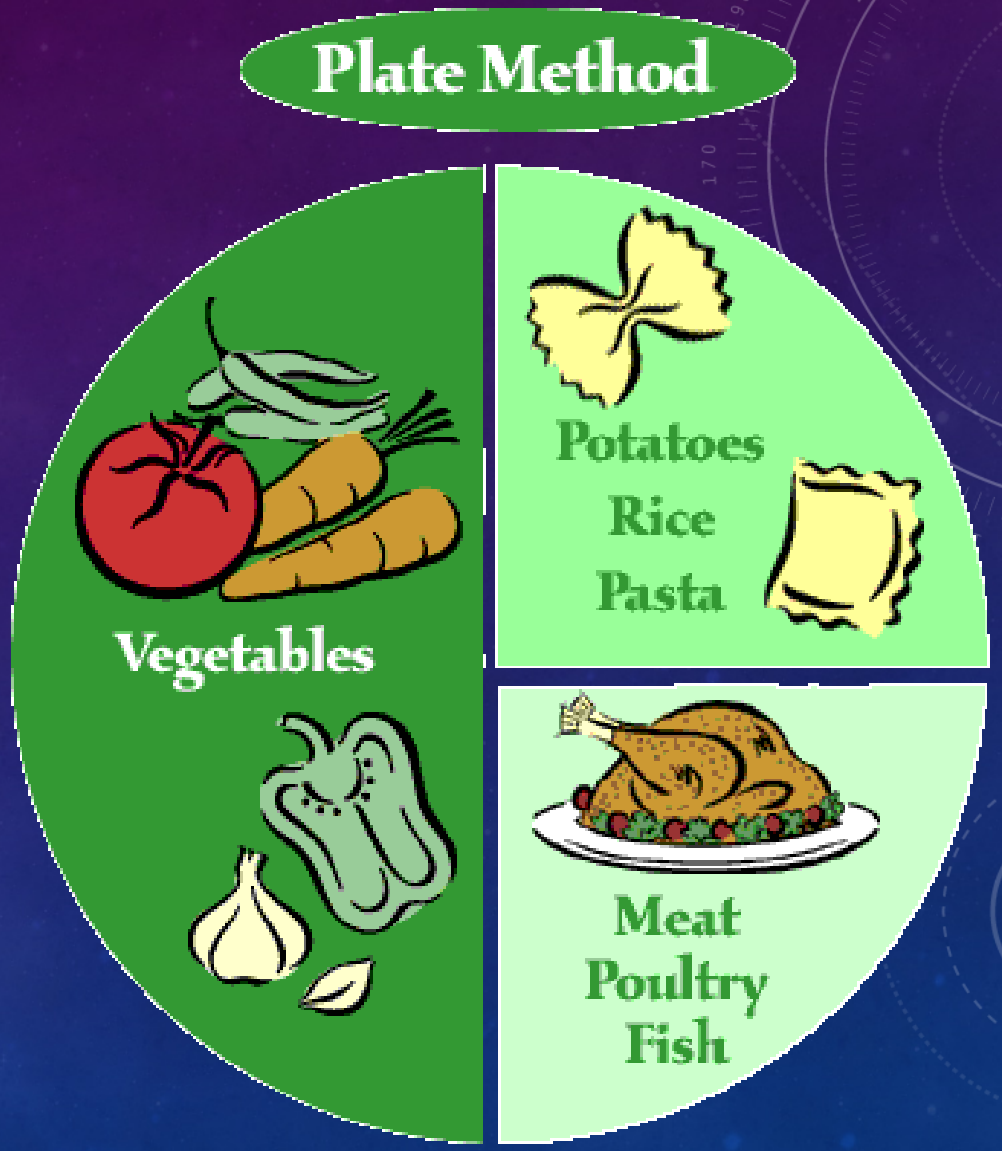

SIMPLE MATH
=
=
Now Memorize it.

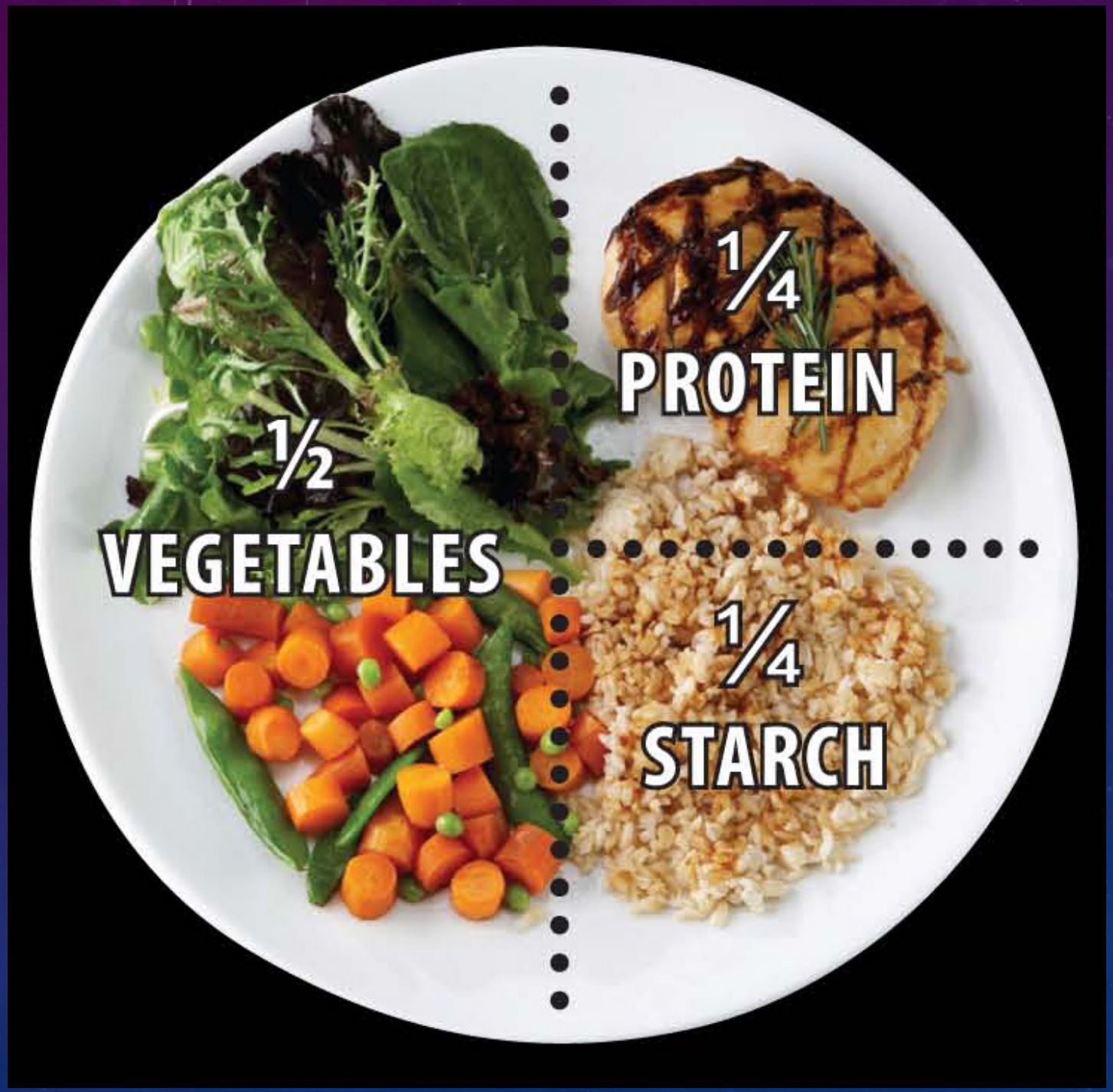
PRENEZ UN NOUVEAU DÉPART DÈS AUJOURD'HUI !

- Nutrition
- Exercice
- Eau
- Soleil
- Tempérance
- Air
- Repos
- Confiance en Dieu

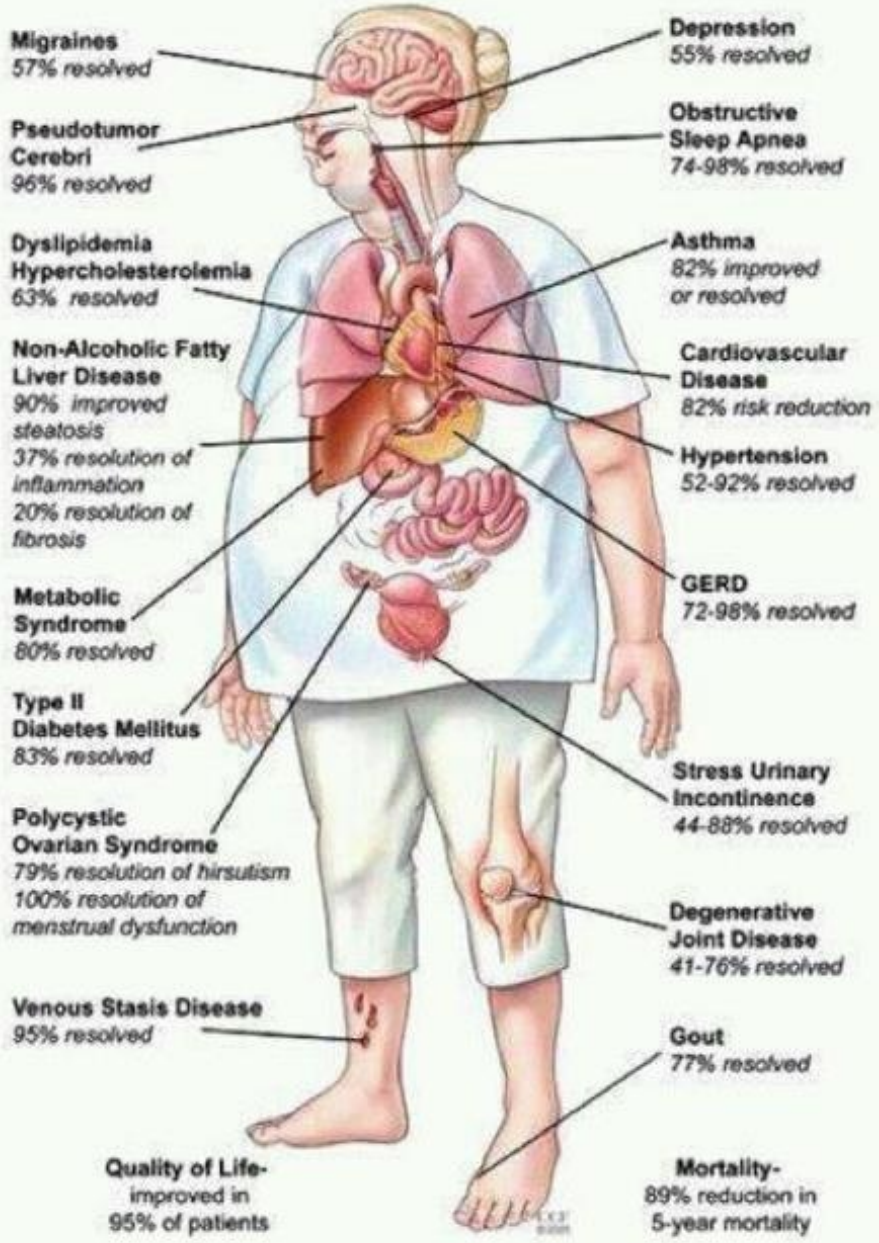
LA MÉTHODE DE L'ASSIETTE

- Facile à enseigner
- Facile à comprendre
- Basée sur la division des portions sur une assiette de taille normale




1/2
VEGETABLES
1/4
PROTEIN
1/4
STARCH

When you lose fat...



PERTE DE POIDS

- Une perte de poids aussi faible que 5 à 10 % entraîne
  - amélioration des tests sanguins (glucose, cholestérol)
  - amélioration de la pression artérielle
  - réduction de la mortalité cardiovasculaire
- Fixez des objectifs réalistes avec les patients
  - 10 % en 3-6 mois
  - De 110 kg à 100 kg ou de 100 kg à 90 kg

THIS ONE
RUNS ON MONEY
AND MAKES
YOU FAT
THIS ONE
RUNS ON FAT
AND SAVES
YOU MONEY

No matter how
slow you go,
you are still
lapping everybody
on the couch.

American Heart Association. | Go Red for women