

## Dyspnée

La **dyspnée** est un symptôme courant chez les personnes en soins palliatifs et de fin de vie. Il s'agit d'une sensation subjective d'étouffement ou de difficulté respiratoire pouvant provoquer une détresse marquée. Habituellement, plus le malaise respiratoire est grand et d'apparition soudaine, plus l'épisode sera anxiogène. L'anxiété occasionnée peut à son tour contribuer à augmenter la sensation de dyspnée, agissant ainsi à la fois comme conséquence et comme cause. Variant en intensité, la dyspnée peut se présenter tant à l'effort qu'au repos.

Les causes de la dyspnée peuvent être, entre autres, **pulmonaires** (blocage ou resserrement des voies respiratoire, embolie pulmonaire...), **cardiaques** (insuffisance cardiaque, accumulation de liquide autour du coeur...) ou **hématologiques** (anémie sévère, faible taux d'oxygène dans le sang...). La dyspnée peut aussi être d'origine **psychologique** ou, dans certains cas, ne pas pouvoir être associée à une cause particulière. **La meilleure façon de traiter la dyspnée est de déterminer et d'adresser la cause sous-jacente.**

### Exemples de traitements **pharmacologiques** (à partir de médicaments)

Opioïdes	Anxiolytiques	Diurétiques
Propriétés analgésiques servant à apaiser la douleur (morphine, codéine, etc.)	Soulagement de l'anxiété et des symptômes reliés (Lorazépam, gabapentin, etc.)	Médicaments agissant sur les reins pouvant adresser les symptômes cardiaques

### Exemples de traitements **non-pharmacologiques**

Repositionnement	Aération de la pièce	Mise en place d'un espace de respiration consciente
------------------	----------------------	---

Un protocole de détresse respiratoire peut également être administré à la personne malade, provoquant son endormissement afin de soulager ses symptômes le plus rapidement possible. Il faut toutefois noter que la dyspnée ne nécessite pas nécessairement ce protocole, et que celui-ci devrait seulement être utilisé lorsque les autres moyens thérapeutiques n'ont pas suffi à apaiser la personne souffrante.

## Références

Palli-Science. (2015). *La dyspnée en général*. <https://palli-science.com/content/la-dyspnee-en-general>

Société canadienne du cancer. (2022). *Essoufflement (dyspnée)*. <https://cancer.ca/fr/treatments/side-effects/breathing-problems>

Aylwin M. & Métayer J. (2020). *Évaluation et traitement de la dyspnée en soins palliatifs*. [https://palli-science.com/sites/default/files/evaluation\\_et\\_traitement\\_de\\_la\\_dyspnee\\_en\\_soins\\_palliatifs.pdf](https://palli-science.com/sites/default/files/evaluation_et_traitement_de_la_dyspnee_en_soins_palliatifs.pdf)