

CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS
NATIONAL**
CNGE Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

Évaluation des connaissances en population générale des gestes simples à effectuer devant une épistaxis

Présenté par Matthieu KONIECZNY

Participation

Monsieur le Professeur Jean-Marc BOIVIN

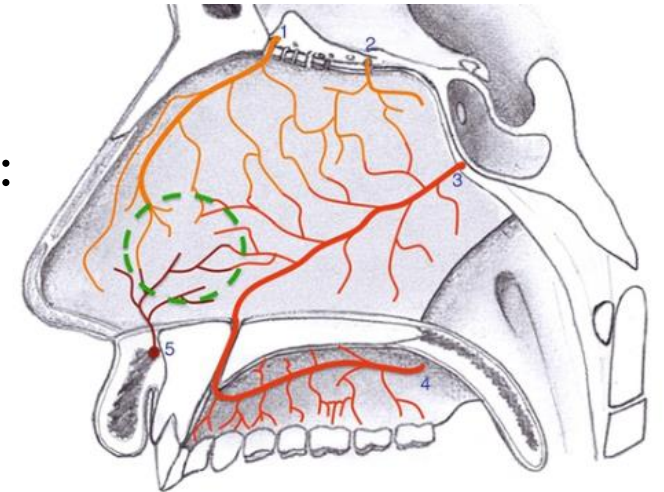
Madame la Professeure Sophie SIEGRIST

Monsieur le Docteur Jean-Paul BARBEROT

Madame le Docteur Aurélie RICHERT

Introduction

- Une épistaxis : hémorragie en provenance des fosses nasales
- 60% de la population
- Majorité des cas bénignes \approx 80%
- La tache vasculaire : zone d'anastomoses artérielles
- Selon la SFORL (2015) trois gestes simples et indispensables :
 - ➔ Le mouchage
 - ➔ La compression bi-digitale
 - ➔ La tête légèrement penchée en avant



CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS
NATIONAL**
CNGE Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

Objectifs

- **Objectif principal :**

Évaluer la connaissance en population générale des gestes de premier recours à effectuer devant une épistaxis

- **Objectif secondaire :**

Identifier les fausses informations concernant la prise en charge d'une épistaxis

Matériel et méthode

- Étude observationnelle descriptive transversale
- Auto-questionnaire anonyme : papier et QR code
- Questionnaire en 3 parties :
 1. Profil des personnes
 2. Personnes ayant déjà souffert d'épistaxis
 3. Gestes prioritaires à réaliser face à une épistaxis
- Population interrogée :
 - ≥ à 18 ans
- Distribution du questionnaire sur 3 mois dans divers lieux publics



CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS
NATIONAL**
CNGE Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

Résultats et profil des personnes interrogées

- Environ 1100 réponses au total
- **1041 réponses exploitables**

- Femmes : 59,5%
- Âge moyen : 41,9 ans
- Employés : 37,3% - Cadres et professions intellectuelles : 21,8%

Les personnes ayant déjà souffert d'épistaxis

- **72% des individus** (n= 749/1041)
- **4,5%** (n=34/749) : **mouchage + compression bi digitale + tête penchée en avant**
- 17,7% (n=133/749) consultation d'un professionnel de santé dont le MG dans plus de 60% des cas
- ➔ Simple rappel des recommandations des sociétés savantes
- **23% = anxiété** (n=172/749)

CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS
NATIONAL**
CNGE Collège Académique



Strasbourg
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

Interrogation de l'ensemble de l'effectif sur les gestes à effectuer face à une épistaxis (n=1041)

- **Seulement 35 personnes (3,4%)** : triple association mouchage/compression bi digitale/tête penchée en avant
- 69 personnes (6,6%) : compression bi digitale et tête penchée en avant
- 51 personnes (4,9%) : compression bi digitale (réponse unique)

CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

CONGRÈS NATIONAL

CNGE Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE

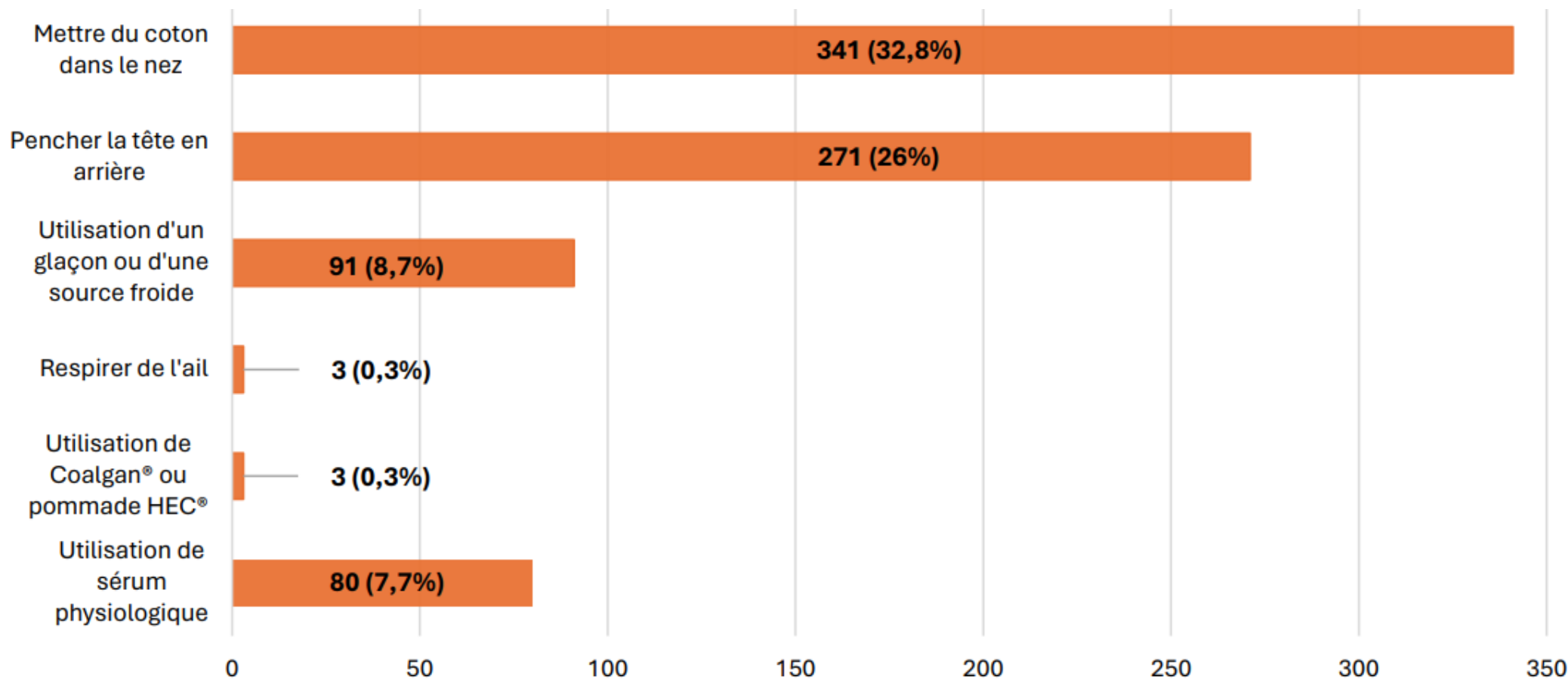


Strasbourg

Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

L'utilisation de méthodes alternatives



Revue de la littérature

- **Aucune étude française comparable**
- Premier point descriptif et mise en évidence d'un manque d'information de la population générale
- Sur le continent européen :
 1. Lavy JA. En 1996 au Royaume Uni : 50 patients en consultation ORL = manque de connaissance et manque d'information par le MG
 2. Strachan D. en 1998 au Royaume Uni : questionnaire sur 400 patients en consultation ORL = manque de connaissance
- Sur le continent Asiatique :
 1. Alkhalifa KM. en 2023 : revue de la littérature en Arabie Saoudite

CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS
NATIONAL**
CNGE Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

Discussion

- Points faibles :
 - Étude observationnelle descriptive : faible niveau de preuve
 - Questionnaire long
 - Biais de recrutement pour les personnes âgés de moins de 18 ans et de plus de 65 ans
- Points forts :
 - Aucune étude similaire réalisée en France, population incluse importante
 - Mise en évidence d'un manque de connaissance
 - Intérêt d'une éducation de la population
 - Intérêt pour la médecine générale
 - Perspectives de travaux futurs

CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS
NATIONAL**
CNGE Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

Conclusion

- Une épistaxis : phénomène fréquent, soudain et majoritairement bénin
- Manque de connaissance des gestes simples
- Souligne l'intérêt d'une éducation de la population générale :
 - ➔ Fiche informative (95% de l'effectif intéressé)
 - ➔ Vidéos
 - ➔ Éducation à la santé à l'école?

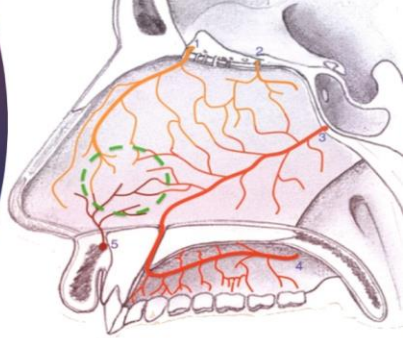
DOCTEUR, JE SAIGNÉ DU NEZ !

EPISTAQUOI ?

Une épistaxis est le terme médical pour désigner un saignement du nez
C'est un phénomène fréquent pouvant être impressionnant, spontané et source d'anxiété

Pourtant, dans la majorité des cas, l'épistaxis est bénigne

Des gestes simples peuvent être réalisés dès son apparition



Que faire en cas de saignement du nez ?

Lorsque vous ou l'un de vos proches saignez du nez, ne paniquez pas.
Il suffit de réaliser ces trois gestes :

- ✓ Se moucher, une narine après l'autre afin de nettoyer les fosses nasales des caillots sanguins qui auraient pu se former
- ✓ Pencher légèrement la tête en avant afin d'éviter que du sang coule dans votre gorge au risque de l'avaler ou de l'inhaler
- ✓ Effectuer une compression énergique des deux narines à l'aide de votre pouce et de votre index pour une durée minimale de 10 minutes



Dans la majorité des cas, le saignement sera stoppé par ces mesures simples

Que faut-il éviter de faire ?

- ✗ Pencher la tête en arrière au risque d'avaler ou d'inhaler du sang
- ✗ Mettre du coton dans les narines car la compression effectuée n'est pas suffisante pour arrêter le saignement
- ✗ Utiliser de la glace ou une source froide sur le visage ou la nuque car leur efficacité reste limitée contrairement aux méthodes précédemment décrites
- ✗ Consulter immédiatement un médecin, surtout si le saignement cesse

Quand consulter un professionnel de santé ?

- ➔ Lorsque le saignement s'aggrave, persiste ou récidive malgré l'utilisation des méthodes décrites
- ➔ Lorsque le saignement est très important, s'extériorisant par les deux narines et par la bouche
- ➔ Lorsque le saignement est à l'origine de malaise, de sueurs froides, d'une accélération du rythme cardiaque ou autres symptômes inquiétants

Dans les cas d'incertitudes, appelez les services médicaux d'urgence (116 117, 112 ou le 15) pour plus de renseignements



CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS
NATIONAL**
CNGE Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg

Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

Merci pour votre attention