

Ellasanté!

P R É V E N I R

DESCRIPTIF DES EXAMENS TECHNIQUES
PROPOSÉS AU CENTRE DE SANTÉ

Centre de santé Ellasanté!
Association Loi 1901
29 bis rue d'Astorg, 75008 Paris
01 43 12 31 00 - contact@ellasante.paris

Cardiovasculaire avec évaluation des facteurs de risques

- ELECTROCARDIOGRAMME (ECG)

Permet de recueillir à partir d'électrodes posées sur la peau l'activité électrique du cœur au repos.

- ECHOGRAPHIE CARDIAQUE

Permet, grâce à des ultrasons, de recueillir une imagerie du cœur. Il apprécie les cavités du cœur (ventricules...) et le muscle cardiaque, le fonctionnement des valves et la qualité contractile du cœur.

Examens évaluant les artères du cou et des jambes par ultrasons

- ECHOGRAPHIE DOPPLER DES TRONCS SUPRA-AORTIQUES (TSA) ET/OU ECHOGRAPHIE DOPPLER ARTÉRIEL DES MEMBRES INFÉRIEURS

Evalue le flux sanguin et visualise l'état des parois des artères irriguant le cerveau ou les jambes: dépôts d'athérome, rétrécissement ou dilatation des artères.

- ECHOGRAPHIE DOPPLER DES TRONCS SUPRA-AORTIQUES (TSA) ET DES MEMBRES INFÉRIEURS

Permet, grâce à des ultrasons, de visualiser l'état des parois artérielles : dépôts d'athéromes, rétrécissements dans les artères du cou irriguant le cerveau et rétrécissements dans les artères irriguant les jambes (y compris l'aorte abdominale).

- IPS DES MEMBRES INFÉRIEURS (INDEX DE PRESSION SYSTOLIQUE)

Permet de calculer un index à partir de la pression artérielle au niveau du bras et à la cheville. Cet index permet de dépister le plus précocement possible une artérite (un durcissement anormal des artères des jambes).

- VITESSE DE L'ONDE DE POULS (VOP)

Mesure la vitesse de propagation du flux sanguin le long des artères grâce à un capteur entre la carotide au niveau du cou et la fémorale au niveau de l'aîne. C'est un bon reflet de la rigidité artérielle qui renseigne sur le risque d'accident cardio-vasculaire.

- MESURE DE L'ÉPAISSEUR INTIMA MÉDIA (EIM)

Mesure de l'épaisseur de la paroi carotidienne. Elle est étroitement corrélée à la survenue des accidents cardio-vasculaires. Il est intéressant de voir son évolution dans le temps.

Autres examens

- ECHOGRAPHIE DOPPLER VEINEUX DES MEMBRES INFÉRIEURS

Evalue la circulation du sang dans les veines – diagnostic de phlébite, d'une insuffisance veineuse...

- MESURE AMBULATOIRE DE PRESSION ARTÉRIELLE (MAPA)

Grâce à un appareil enregistreur (taille d'un paquet de cigarette) porté à la ceinture et relié à un brassard au niveau du bras (gardé pendant 24h, y compris la nuit, votre sommeil en sera peu altéré). Il permet de réaliser 60 à 80 mesures sur les 24h et de mieux apprécier la tension artérielle dans les différentes situations de votre vie quotidienne. La moyenne de ces chiffres renseigne sur une éventuelle hypertension artérielle ou l'efficacité d'un traitement.

- HOLTER ECG

Grâce à un boîtier (taille d'un paquet de cigarettes) porté à la ceinture et relié à des électrodes sur la poitrine, on enregistre un électrocardiogramme (ECG) en permanence sur 24h : une sorte de film de votre ECG dans la vie courante. Il vous sera demandé d'être le plus actif possible durant ces 24h.

- EPREUVE D'EFFORT (SUR TAPIS ROULANT OU VÉLO)

Enregistrement de l'électrocardiogramme complet de votre cœur pendant la réalisation d'un effort progressivement croissant (sur tapis ou vélo). L'objectif est de mettre le cœur dans des conditions d'effort jusqu'à essoufflement. La capacité maximale d'effort a une valeur démontrée d'évaluation du risque cardio-vasculaire. Il permet de détecter un éventuel encrassement des artères du cœur, une anomalie du rythme cardiaque ou une élévation anormale de la tension artérielle à l'effort. Il vous sera conseillé de venir avec une tenue de sport pour être à l'aise et un nécessaire de douche si vous le souhaitez.

Suite autres examens cardiovasculaires avec évaluation des facteurs de risques

- EPREUVE D'EFFORT (SUR TAPIS ROULANT OU VÉLO) AVEC VO2

Epreuve d'effort comme dans la version précédente mais avec mise en place d'un masque sur le nez et la bouche permettant de recueillir les gaz inspirés et expirés. Il permet de mesurer la consommation maximale d'oxygène (VO2Max), véritable cylindrée regroupant l'efficacité cardiaque, pulmonaire et musculaire. Cela peut être indiqué chez le pratiquant d'une activité physique et sportive régulière, mais aussi chez le cardiaque pour évaluer les niveaux d'activité possibles dans la vie quotidienne et professionnelle.

Pneumologie

- EPREUVE FONCTIONNELLE RESPIRATOIRE (EFR) PAR SPIROMÉTRIE

Examen permettant de mesurer les paramètres de la respiration en faisant souffler le patient dans un petit embout buccale reliée à une machine par un tuyau. Cela permet de dépister, entre autres, l'asthme, la bronchite chronique...

- EPREUVE FONCTIONNELLE RESPIRATOIRE (EFR) PAR PLÉTHYSMOGRAPHIE

Mesure les paramètres de la respiration. Il est pratiqué à l'intérieur d'une cabine. On mesure ainsi de façon précise et reproductible les variations liées à la respiration. Cela permet de dépister, entre autres, l'asthme, la bronchite chronique...

- MESURE DE LA QUANTITÉ DE CO

Consiste, en soufflant dans un appareil par la bouche, à mesurer la concentration de monoxyde de carbone. Cette mesure permet de déterminer l'intensité avec laquelle une personne fume et si elle inhale la fumée.

Médecine Physique et appareil ostéo-myo-articulaire

- ÉVALUATION DE LA FORCE DE DIFFÉRENTS GROUPES MUSCULAIRES (MYOLINE)

Assis sur une chaise équipée, cet examen permet de mesurer la force musculaire des grands groupes musculaires du tronc, des membres supérieurs et inférieurs. L'évaluation d'un déficit dans une zone précise permet de guider le travail de renforcement musculaire et de confirmer les déficits posturologiques observés sur le Formetrics (chaînes musculaires).

- BILAN POSTURAL (FORMÉTRICS)

Basé sur un procédé optique non irradiant sans conséquences délétères pour l'organisme, l'examen permet d'identifier et analyser les troubles posturaux, grâce à une modélisation dynamique du rachis (dans les trois plans de l'espace), une visualisation des déformations vertébrales et une observation des bascules et rotations des ceintures scapulaire et pelvienne.

Stress et sommeil

- POLYGRAPHIE RESPIRATOIRE NOCTURNE

Examen fait par l'intermédiaire d'un boîtier porté sur le devant de la poitrine avec des sangles et un capteur permettant de mesurer l'oxygénation de votre cerveau. Cela permettra de voir si vous respirez bien la nuit et éventuellement détecter un syndrome d'apnée du sommeil, facteur de risque important.

- POLYSOMNOGRAPHIE

Cet examen très complet permet l'étude des troubles du sommeil et des troubles respiratoires du sommeil. Il est réalisé par l'intermédiaire d'un petit boîtier de type holter. Il permet d'identifier vos rythmes de sommeil, la quantité réelle, la qualité de votre sommeil ainsi que sa fragmentation. D'un point de vue pratique, nous allons enregistrer vos ondes cérébrales (encéphalogrammes), d'éventuelles secousses musculaires, ainsi que votre respiration pendant votre sommeil. L'objectif final est de déceler d'éventuelles pathologies du sommeil et de constater si votre sommeil est réellement récupérateur.

- POSE D'UN POLYSOMNOGRAPHE AU DOMICILE DU PATIENT

Idem mais appareillage posé à domicile.

Suite stress et sommeil

- **ACTIMÉTRIE (ANALYSE VEILLE SOMMEIL 5-7 JOURS)**

Analyse fine par des méthodes scientifiquement validées des rythmes veille-sommeil : calcul du temps d'endormissement, de la quantité réelle de sommeil, de l'efficacité du sommeil et des modifications de la vigilance pendant la journée. L'enregistrement est réalisé sur plusieurs jours.

- **BRIZZY - DÉPISTAGE DE L'APNÉE DU SOMMEIL**

Dépistage initial de trouble du sommeil chez des personnes peu symptomatiques avec un appareillage très bien toléré, validé en pédiatrie comme chez l'adulte. L'appareil analyse le déplacement mandibulaire lié à la variation des pressions trachéales et œsophagiennes au cours du sommeil (technique Jawak). En cas de positivité à compléter par un enregistrement classique de polygraphie respiratoire nocturne.

- **TEST D'ÉVALUATION DE BECK (DÉPRESSION)**

Questionnaire validé scientifiquement permettant d'évaluer des symptômes de dépression. Il est indispensable pour orienter la consultation de spécialiste. Ce questionnaire permet également de dépister les troubles du sommeil liés à une dépression.