

Travailler avec un intervenant de première ligne

Auteure : [Kelsey Zhao](#) | Révisé par : [James Milligan](#) | Publié le : 19 mars 2025 | Mis à jour : ~

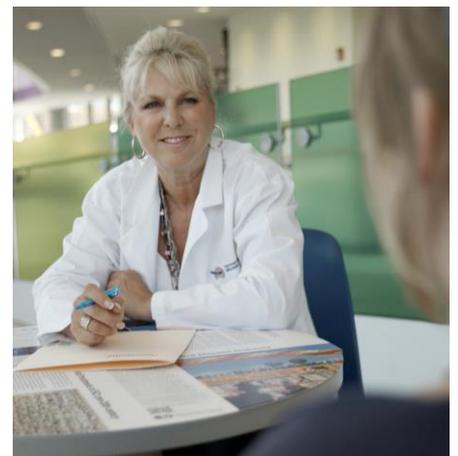
SCIRE tient à remercier le personnel de [Spinal Cord Injury BC](#) pour les connaissances et l'expérience inestimables qu'ils ont apportées au développement de cet article.

Points clés

- Les intervenants de première ligne vous aident à gérer votre santé tout au long de votre vie. Ils peuvent diagnostiquer et traiter des problèmes de santé courants et coordonner les soins spécialisés.
- Consultez votre intervenant de première ligne chaque fois que vous avez une préoccupation concernant votre santé et discutez de la possibilité de faire des bilans de santé annuels.
- Dans cet article, nous proposons un guide complet pour vous préparer à un rendez-vous avec un intervenant de première ligne après une lésion de la moelle épinière.
- Les listes de contrôle de santé peuvent vous aider, vous et votre intervenant, à vous assurer que les tests et dépistages de routine sont effectués.
- Il existe de nombreuses ressources en ligne et organisations locales que votre intervenant de première ligne peut consulter pour en savoir plus sur la prise en charge des personnes atteintes de lésions de la moelle épinière.

Qu'est-ce qu'un intervenant de première ligne ?

Les intervenants de première ligne s'occupent de la santé quotidienne des personnes à toutes les étapes de leur vie. Ils sont souvent le premier contact lorsqu'une personne a une préoccupation de santé non urgente. Cette personne est souvent un médecin de famille, mais le rôle peut également être assuré par une infirmière praticienne ou un assistant médical. Ils jouent un rôle central dans l'équipe de soins des personnes atteintes de lésions de la moelle épinière (LME) et vous entretiendrez une relation avec votre intervenant de première ligne pendant de nombreuses années. Leurs responsabilités incluent :



- Diagnostiquer et traiter des problèmes de santé courants.
- Encourager et donner des conseils pour un mode de vie sain.
- Réaliser des dépistages, des tests et des bilans de prévention.
- Orienter vers des spécialistes ou des programmes pour des problèmes plus complexes ou spécifiques.
- Coordonner les soins que vous recevez de la part de spécialistes, de programmes, etc.

Quand devrais-je consulter mon intervenant de première ligne ?

Les personnes atteintes de LME devraient consulter un intervenant de première ligne chaque fois qu'un problème de santé nécessite une prise en charge. En raison de problèmes de santé complexes, les personnes atteintes de LME devraient discuter avec leur intervenant de première ligne de la possibilité de faire un bilan de santé annuel.

Si vous avez une préoccupation de santé et que vous n'avez pas ou ne pouvez pas joindre un intervenant de première ligne, envisagez de recourir à des services de santé virtuels, à la télémédecine ou à des cliniques sans rendez-vous. Si vous avez besoin de soins immédiats, rendez-vous dans un centre de soins ou de traitement d'urgence. Si votre état est grave ou met votre vie en danger, allez à la salle d'urgence la plus proche ou appelez le numéro d'urgence de votre région.

Si vous n'avez pas d'intervenant de première ligne, renseignez-vous pour savoir s'il existe un registre communautaire ou gouvernemental qui pourrait vous inscrire sur une liste d'attente pour en trouver un.

Quand dois-je me rendre l'urgence ?

Allez dans un centre de soins d'urgence ou de traitement d'urgence si...

- Vous avez besoin de soins immédiats et vous ne pouvez pas obtenir un rendez-vous avec votre intervenant de première ligne assez rapidement (par exemple : une infection ou une plaie de pression qui s'aggraverait avec le temps).

Allez à la salle d'urgence ou appelez le numéro d'urgence de votre région si...



- Votre état s'aggrave très rapidement.
- Votre état est potentiellement mortel.
- Vous souffrez de dysréflexie autonome qui ne répond pas bien au traitement.
- Le problème est urgent, vous ne pouvez pas obtenir un rendez-vous avec votre intervenant de première ligne assez rapidement et il n'y a pas de centre de soins d'urgence à proximité.

Comment me préparer pour un rendez-vous ?

Les rendez-vous avec les intervenants de première ligne sont souvent de courte durée. Ce guide propose des recommandations pour vous aider à tirer le meilleur parti de votre rendez-vous. La plupart des intervenants de première ligne n'ont pas beaucoup de patients atteints de LME et ne sont pas familiers avec les besoins de santé liés aux LME. Bien que les personnes atteintes de LME ne devraient pas avoir à éduquer les autres sur le sujet, il est important de bien connaître vos propres besoins. Devenir expert de votre propre santé peut vous aider à collaborer avec votre intervenant en tant qu'équipe et à rester en bonne santé.

Noter ce que vous souhaitez aborder pendant le rendez-vous

- **Problèmes de santé actuels.** Rassemblez des informations pour essayer de comprendre le problème, ce qui peut le causer, et les solutions possibles.
- **Questions** que vous avez concernant votre santé ou des traitements/thérapies potentiels.
- **Ordonnances** à renouveler.
- **Formulaires et références** à remplir et à signer. Pour les références vers des programmes, vérifiez que vous remplissez les critères d'admissibilité. Si une lettre de référence est nécessaire, il peut être utile de présenter un brouillon initial de la lettre à votre intervenant de première ligne pour accélérer le processus.



Il est possible que toutes vos préoccupations ne puissent pas être abordées lors d'un seul rendez-vous. Priorisez-les en gardant à l'esprit celles que vous souhaitez traiter dès que possible et celles qui peuvent attendre un autre rendez-vous.

Apportez des informations médicales et de santé à jour

Assurez-vous que votre intervenant de première ligne soit à jour concernant votre historique médical. Pour vos propres dossiers, il peut être utile de garder un dossier pour vos informations médicales et de santé personnelles. Cela peut être un dossier physique ou numérique. Ces dossiers peuvent inclure :

- **Un journal de santé** : Tenez un journal des préoccupations de santé en cours, des symptômes que vous ressentez et de vos activités quotidiennes. Cela fournit à votre médecin plus d'informations pour mieux comprendre et traiter le problème (par exemple, si vous avez des infections urinaires persistantes, un journal de la vessie pourrait vous aider à en trouver la cause). L'application *SCI Health Toolkit* est un outil gratuit et facile à utiliser, conçu pour vous aider à suivre et à surveiller les changements de santé, ainsi qu'à vous guider dans les contrôles de santé.
- **Médicaments** : Notez le nom du médicament, la dose et quand un renouvellement est nécessaire. Des applications gratuites comme l'application *Medisafe* peuvent vous aider à suivre vos médicaments.
- **Autres traitements ou suppléments** : Incluez tous les médicaments en vente libre, les vitamines et les remèdes naturels que vous prenez. Notez tous les traitements de médecine alternative que vous utilisez.
- **Tests et dépistages** : Suivez les tests/dépistages de routine et la date à laquelle le prochain devrait être programmé. Gardez un enregistrement des résultats de tests et d'imagerie si disponibles.

Accessibilité

Si c'est votre premier rendez-vous avec votre intervenant de première ligne depuis votre blessure, vous devrez peut-être appeler ou visiter leur cabinet pour vous renseigner sur l'accessibilité.

Accessibilité du bâtiment

- Stationnement accessible
- Itinéraires accessibles dans et autour du bâtiment
- Portes automatiques

Accessibilité des équipements médicaux

- Table d'examen hauteur réglable
- Équipement de transfert
- Balances accessibles aux fauteuils roulants

Flexibilité dans la planification

- Rendez-vous en fin de journée
- Rendez-vous planifiés autour d'autres engagements liés à la santé, comme la physiothérapie ou une routine intestinale
- Rendez-vous plus longs pour tenir compte des problèmes de santé complexes, des transferts, des inspections de la peau, etc.
- Rendez-vous virtuels ou téléphoniques pour certaines préoccupations



Examens physiques

Il existe de nombreux dépistages, tests et contrôles qui nécessitent une procédure en personne où votre corps est examiné en observant, en palpant, en utilisant des outils médicaux ou en prélevant un échantillon de cellules. Il se peut également que vous deviez effectuer un transfert pour la procédure. Être préparé et informé pour ces procédures peut rendre votre expérience plus sécuritaire et plus confortable. Voici quelques conseils à garder à l'esprit :

Équipements pour les examens

- Si de l'équipement accessible, comme une table d'examen réglable, n'est pas disponible, apportez un soignant, un ami ou un membre de la famille qui peut vous aider à vous transférer en toute sécurité et rester à côté de la table pour prévenir les chutes.
- Si un équipement accessible est nécessaire pour la procédure, vous ou votre intervenant de première ligne devrez peut-être contacter une autre clinique ou un autre hôpital disposant de l'équipement pour réaliser la procédure.



Complications de santé lors des examens

- Avant de commencer, discutez avec votre intervenant des problèmes qui pourraient survenir pendant la procédure et de la manière de les résoudre.
- Pour les personnes ayant une blessure au-dessus de T6, une procédure en dessous de la blessure peut déclencher une dysrèflexie autonome (DA). Informez votre intervenant des

déclencheurs, des symptômes et de la manière de gérer votre DA. Envisagez de mesurer la pression artérielle avant et après la procédure pour surveiller la DA.

- En fonction de vos troubles intestinaux et vésicaux, des accidents peuvent survenir pendant les procédures. Videz les intestins et la vessie avant un examen de la région pelvienne et informez votre intervenant si un accident pourrait se produire pendant la procédure.
- Si vous éprouvez des spasmes musculaires susceptibles d'affecter la procédure, discutez des déclencheurs et de la manière de gérer la spasticité avec votre intervenant.

Si un examen physique n'est pas nécessaire, les rendez-vous virtuels et les consultations téléphoniques avec votre intervenant de première ligne peuvent être une option appropriée.

Référez-vous à nos articles sur [la dysréflexie autonome](#), [les infections des voies urinaires](#), et [la spasticité](#) pour plus d'informations !



Conseils pratiques

- Demandez si une note peut être ajoutée à votre dossier concernant votre handicap physique et l'utilisation d'aide(s) à la mobilité, afin que le personnel puisse réserver une salle d'examen accessible pour vous.
- Assurez-vous que toutes les personnes qui vous fournissent des soins de santé envoient des notes, des images et des résultats à votre intervenant de première ligne, qui est responsable de la coordination de vos soins.
- Informez-vous sur les autres services disponibles dans la communauté (comme les laboratoires, les centres d'imagerie et les cabinets de spécialistes) qui disposent d'équipements accessibles.
- Les cartes de poche sont de petites cartes disponibles gratuitement, fournissant des informations de base sur les complications courantes des LME : dysréflexie autonome, infections urinaires et plaies de pression. Gardez-les sur vous pour les remettre à votre intervenant de première ligne lors d'un rendez-vous ou aux premiers intervenants et ambulanciers en cas d'urgence. Les cartes de poche peuvent être imprimées à domicile ou envoyées par courrier depuis livingwithsci.ca/wallet-information-cards.

<p>What is Autonomic Dysreflexia?</p> <p>Autonomic Dysreflexia (AD) is a potentially life-threatening complication of spinal cord injury at T6 or above. It is caused by various painful or irritating stimuli below the level of the spinal cord injury. This in turn triggers blood pressure which may rise dangerously. The most typical cause of AD is a distended bladder. Other causes could be overfull bowel, constipation or impaction, pressure sore, sunburn, ingrown toenail, skin irritant such as rivet on jeans, infection, tight clothing, or fracture. Symptoms may include elevated blood pressure (from what your baseline is), headache, sweating, flushed face, anxiety, bradycardia (slow pulse rate). Treatment is to remove the cause. Once the cause is removed the BP will start returning to your baseline.</p> <p>Referring Physician x</p> <p>Physician Stamp/Number</p>	 Spinal Cord Injury BC <hr/> <p>MEDICAL ALERT</p> <p>Autonomic Dysreflexia</p> <p>Information on Symptoms and Treatment</p> <p>Vancouver Coastal Health G.F. Strong Rehab Centre</p> <p>SCI BC InfoLine 1-800-689-2477</p>	<p>TREATMENT</p> <p>Autonomic Dysreflexia</p> <p>For caregivers and clinicians</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Raise the head of the bed by 90° or sit person upright. 2. Take blood pressure every 5 minutes until it begins to return to normal. 3. Check for sources of AD: drain bladder first, consider using topical anaesthetic jelly for lubrication of catheter if immediately available. 4. If signs and symptoms continue, check rectum for stool. If immediately available instill anaesthetic jelly to rectal wall before examination. Use digital stimulation to promote reflex bowel movement. 5. If signs and symptoms continue check for other sources of AD such as pressure sore or skin irritant, fracture, ingrown toenail, etc. 6. If blood pressure remains elevated at or above 150 mmHg systolic after above checks, give Nifedipine 5 mg capsule via "bite and swallow" method. 7. If not already present, seek medical help after step 6. In a hospital setting, repeat Nifedipine 5 mg bite and swallow if SBP still at or over 150 mmHg 30 min after initial dose. <p><i>Attention ER physician: If you have any questions phone VGH 604-875-4111 and ask for the G.F. Strong physician on call.</i></p> <p style="font-size: small; text-align: right;">Reprinting of this card funded by Spinal Cord Injury BC</p>
--	--	--

- Demandez un « ordre permanent » pour les tests de laboratoire fréquents, comme les analyses de sang et les tests urinaires, afin de ne pas avoir à prendre un rendez-vous à chaque fois.

- Demandez des contenants vides et propres pour l'urine lorsque vous devez faire un test pour une infection urinaire. Vous devrez peut-être expliquer à votre intervenant que les infections urinaires sont courantes chez les personnes ayant une LME.



Les personnes atteintes de LME ont un risque accru de résistance aux antibiotiques. Évitez d'utiliser des antibiotiques pour prévenir les infections urinaires ou traiter des symptômes non spécifiques qui pourraient être causés par autre chose. L'utilisation inappropriée des antibiotiques peut entraîner des infections causées par des bactéries résistantes aux antibiotiques, qui ne peuvent pas être traitées avec les médicaments courants.

Lors du rendez-vous

- Prenez des notes ou demandez si vous pouvez enregistrer le rendez-vous afin de ne pas avoir à vous soucier de vous souvenir de tout ce que dit votre intervenant et de suivre les tâches au besoin.
- Posez des questions ou demandez plus d'informations si vous n'êtes pas certain ou si vous ne comprenez pas quelque chose.
- Si vous êtes nerveux, apportez un soignant/un ami/un membre de la famille qui peut vous aider à prendre des notes et à défendre vos besoins.



Contactez d'autres personnes ayant des LME/des programmes de soutien par les pairs.

Participer à des programmes de soutien par les pairs ou appeler une ligne d'assistance gérée par des organisations de LME peut vous mettre en contact avec quelqu'un qui peut vous aider à vous préparer pour le rendez-vous. Souvent, une autre personne ayant une LME aura rencontré des problèmes de santé similaires et pourra vous donner des conseils sur la façon de les aborder avec votre intervenant de première ligne. Il peut également y avoir des personnes ou des programmes qui peuvent vous aider à préparer des documents ou à effectuer des recherches.

Que devrais-je demander à mon intervenant de première ligne de vérifier ?

Bilans de santé spécifique aux LME

Les listes de vérification créées pour les personnes ayant une LME peuvent aider à maintenir à jour vos examens et tests de routine avec votre intervenant de première ligne. Elles peuvent également vous aider à trouver les mots pour poser des questions et discuter des problèmes de santé.

L'American Spinal Injury Association (ASIA) propose des listes de vérification pour les personnes ayant une LME.

- [Annual Health Maintenance Checklist](#) spécifiques à la LME qui doivent être effectués régulièrement.
- [Episodic Care Tips Checklist](#) pour traiter les complications spécifiques liées à la LME.

Visitez le site Web SCIRE Professional pour plus d'informations sur les soins de première ligne pour les LME [↗](#)



Si votre intervenant de première ligne souhaite obtenir des informations plus approfondies, des études de cas, des conseils et des lignes directrices concernant ces listes de vérification et les soins spécifiques à la LME, il peut consulter la série d'articles de soins primaires ([Primary Care Article series](#)) dans le journal revu par les pairs de l'ASIA. Pour des aperçus concis sur la gestion des complications courantes de la LME en soins primaires, ils peuvent visiter la section des soins primaires ([Primary Care](#)) sur le site Web *SCIRE Professional*.

Bilans de santé standards

Les intervenants de première ligne doivent également effectuer les mêmes contrôles de santé généraux et dépistages de routine qu'ils feraient pour tout autre patient. Le Collège des médecins de famille du Canada fournit des [fiches de contrôle des soins préventifs](#).

Soins de santé sexuelle et reproductive

Le public ainsi que certains professionnels de la santé peuvent avoir l'idée fausse que les personnes en situation de handicap physique ne sont pas sexuellement actives, ne courent pas de risques d'infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS), ne sont pas intéressées par l'activité sexuelle ou n'ont pas l'intention d'avoir des enfants. Entamez une conversation avec votre intervenant de première ligne si vous avez des questions ou des préoccupations concernant la santé sexuelle (difficultés liées à l'activité sexuelle, contraception, maladies sexuellement transmissibles), la santé reproductive (fertilité, grossesse, planification familiale) ou les règles/la ménopause.

Comment mon intervenant de première ligne peut-il améliorer ses connaissances sur les LME ?

Si votre intervenant de première ligne souhaite en apprendre davantage pour mieux prendre en charge les personnes ayant une LME et les personnes en situation de handicap, il existe de nombreuses ressources qu'il peut consulter. Voici une sélection de ressources gratuites :

Ressources en ligne

American Spinal Injury Association (ASIA) – SCI Healthcare Resources for Primary Care Providers

asia-spinalinjury.org/primary-care

Plateforme en ligne offrant une variété de ressources pour les médecins de famille prenant en charge des patients ayant une lésion de la moelle épinière, allant des guides pour rendre un établissement de santé accessible, aux informations sur les soins pour les LME, jusqu'à du matériel d'éducation des patients.

Americans with Disabilities Act (ADA) – Access to Medical Care for Individuals With Mobility Disabilities

ada.gov/resources/medical-care-mobility

Guide en ligne pour rendre un établissement de santé accessible aux personnes ayant des limitations de mobilité. Comprend des réponses aux questions fréquemment posées.

Spinal Cord Injury Research Evidence (SCIRE) Professional – Primary Care scireproject.com/primary-care

SCIRE Professional fournit des revues systématiques de la recherche sur les lésions de la moelle épinière (LME), permettant aux chercheurs et aux professionnels de la santé d'orienter leur pratique en s'appuyant sur les meilleures données probantes actuelles. Cela comprend une section spécialement destinée aux intervenants de première ligne.

Spinal Cord Injury Research Evidence (SCIRE) Community community.scireproject.com

SCIRE Community fournit gratuitement des informations sur la recherche sur les lésions de la moelle épinière, rédigées dans un langage courant.

Model Systems Knowledge Translation Center (MSKTC) – Spinal Cord Injury Factsheets msktc.org/sci/factsheets

Fiches d'information en ligne fournissant des renseignements sur les changements liés à la vie avec une lésion de la moelle épinière.

International Spinal Cord Society (ISCoS) – Global Education Initiative elearnsoci.org

Module d'apprentissage en ligne pour les professionnels de la santé sur la réadaptation et la prise en charge des LME.

Entrer en contact avec des organisations et des spécialistes en LME

Les organisations locales à but non lucratif sur les LME, les centres de réadaptation et les centres spécialisés en LME peuvent être d'excellentes sources d'information et de conseils spécifiques à une région. Une communication régulière avec des spécialistes des LME peut également être utile pour coordonner les soins et partager les connaissances.

En conclusion

Les intervenants de première ligne ont un rôle inestimable au sein de l'équipe de soins pour les personnes ayant une LME. Ils fournissent des diagnostics, des traitements, des conseils, des orientations vers des services spécialisés, et réalisent des dépistages et des tests préventifs.

Être préparé pour votre rendez-vous et rester attentif à vos préoccupations de santé peut grandement aider votre intervenant de première ligne à répondre à vos préoccupations. Travaillez ensemble avec ce dernier pour trouver la meilleure façon de coordonner vos rendez-vous, trouver des solutions pour l'accessibilité et aborder vos préoccupations de santé.

De nombreuses ressources gratuites sont disponibles pour aider les personnes ayant une LME à suivre leur santé et aider les intervenants à fournir des soins à leurs patients atteints de LME.

Pour une liste des études incluses, veuillez consulter la [liste de référence](#). Pour un aperçu de ce que nous entendons par une preuve « forte », « modérée » et « faible », veuillez consulter [SCIRE Community Evidence Ratings](#).

Ressources connexes

SCIRE Community. [“Dysrèflexie autonome”](#)

SCIRE Community. [“Infections des voies urinaires”](#)

SCIRE Community. [“Spasticité”](#)

SCI-BC [Wallet Cards](#)

Applications mobiles de suivi de santé :

- [SCI Health Toolkit App](#)
- [Medisafe App](#)

Listes de contrôle de santé :

- American Spinal Injury Association [Annual Health Maintenance Checklist](#)
- American Spinal Injury Association [Episodic Care Tips Checklist](#)
- College of Family Physicians of Canada [Preventative Care Checklists](#)

Ressources pour les intervenants de première ligne :

- American Spinal Injury Association [Primary Care Article series](#)
- American Spinal Injury Association [SCI Healthcare Resources for Primary Care Providers](#)
- Americans with Disabilities Act [Access to Medical Care for Individuals with Mobility Disabilities](#)
- SCIRE Professional [Primary Care](#)
- Model Systems Knowledge Translation Center [Spinal Cord Injury Factsheets](#)
- International Spinal Cord Society [Global Education Initiative](#)

Liste de références abrégée

Certaines parties de cette page ont été adaptées de la section « Soins primaires et LME » de SCIRE Professional. Disponible auprès de : scireproject.com/primary-care

La liste complète des références est disponible à l'adresse suivante : community.scireproject.com/topic/primary-care-provider/#references

Les termes du glossaire sont disponibles auprès de : community.scireproject.com/topics/glossary/

Crédits photographiques

1. Doctor smiling ©SCIRE, [CC BY-NC 4.0](#)
2. Ambulance by Dahlia nur aini, the Noun Project
3. Question by Yunita Bela, the Noun Project
4. Automatic doorway ©SCIRE, [CC BY-NC 4.0](#)
5. Accessible parking ©SCIRE, [CC BY-NC 4.0](#)
6. Adjustable-height exam table by [U.S. Department of Justice](#) (Disability Rights Section)
7. Autonomic Dysreflexia Wallet Card by [Spinal Cord Injury BC](#)
8. Notes by Qadeer Hussain, the Noun Project
9. Checklist by Anggara Putra, the Noun Project



Avertissement : Ce document ne fournit pas de conseils médicaux. Ces informations sont diffusées dans un but éducatif uniquement. Pour des informations supplémentaires ou des conseils médicaux spécifiques, consulter un professionnel de la santé qualifié. Le Projet SCIRE, ses partenaires et ses collaborateurs excluent toute responsabilité à toute personne pour toute perte ou dommage dû à des erreurs ou des omissions dans cette publication.