

Grille d'évaluation ECOS - Palpitations

Contexte : Cabinet de médecine générale

Patient : Étudiante de 26 ans se présentant pour palpitations, paraît stressée et raconte peu spontanément

Anamnèse (25%)

Score : 0/36

Critères	Oui	±	Non	Points
1. Présentation avec nom, fonction et tâche	<input type="radio"/>		<input type="radio"/>	0
2. Motif de consultation [J'ai des palpitations]	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
3. Caractéristiques temporelles Début [depuis 4 semaines] Moment d'apparition [plutôt le matin] Durée des épisodes [quelques minutes] Fréquence [quotidienne] <i>≥3 caractéristiques = 2 points, 2 caractéristiques = 1 point</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
4. Caractérisation du rythme cardiaque Faire taper le rythme par la patiente Fréquence [relativement rapide, environ 150/min] Régularité [régulier] <i>≥2 éléments = 2 points</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
5. Irradiation [Aucune irradiation]	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
6. Symptômes cardiovasculaires associés Vertiges [parfois un peu étourdie mais pas très] Syncope/malaise [jamais tombée ni évanouie] Dyspnée [non] Douleurs thoraciques [un peu serré dans la poitrine] <i>≥3 symptômes recherchés = 2 points, 2 symptômes = 1 point</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
7. Symptômes neurovégétatifs Transpiration [parfois un peu] Sensation de chaleur [parfois un peu] Tremblements [non] Nausées [non] <i>≥3 symptômes recherchés = 2 points, 2 symptômes = 1 point</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
8. Antécédents médicaux personnels Pathologies connues [aucune] Hospitalisations [non] Interventions chirurgicales [non]	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
9. Anamnèse par systèmes Neurologique (AIT, troubles sensitifs, langage) [non] Psychiatrique [non] Cardiaque [non] Thyroïdien [aucune idée, mère avait quelque chose] Digestif [parfois constipée] Uro-génital [règles régulières, faibles] <i>≥4 systèmes explorés = 2 points, 2-3 systèmes = 1 point</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
10. Habitudes alimentaires et hydratation Hydratation [plutôt peu, environ 1L par jour] Café [5 tasses par jour] Appétit [normal] Alimentation [mange peu - midi salade, soir muesli] Poids et taille [51 kg, 1,72 m - pas de changement] <i>≥4 habitudes explorées = 2 points, 2-3 habitudes = 1 point</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0

11. Habitudes de vie et toxiques	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Tabac [demi-paquet par jour depuis 2 ans]				
Alcool [rarement le week-end]				
Drogues [cocaïne le week-end - sur demande spécifique]				
≥2 substances explorées = 2 points				
12. Traitements actuels [Pilule contraceptive]	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
13. Activité physique et loisirs [Aucune activité sportive, mais très active socialement]	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
14. État psychologique et stress	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Niveau de stress [se sent très stressée mais gère tout]				
Charge de travail [fait beaucoup en plus de l'université]				
Sentiment de surcharge [se sent parfois dépassée et un peu seule]				
≥2 aspects psychologiques = 2 points				
15. Anamnèse familiale	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Maladies cardiaques familiales [aucune]				
Situation familiale [parents divorcés, pas de contact avec le père]				
Mère [femme d'affaires, n'a jamais le temps]				
Fratrie [enfant unique]				
≥3 aspects familiaux = 2 points, 2 aspects = 1 point				
16. Anamnèse sociale	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Logement [vit seule]				
Études [droit, beaucoup de stress]				
Support social [limité]				
17. Questions de clôture et résumé	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Résumer les points importants				
Avez-vous des questions ?				
18. Évaluation globale de la qualité de l'anamnèse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Anamnèse ciblée et bien conduite				
Bien = oui, suffisant = ±, insuffisant = non				

Examen clinique (25%)

Score : 0/16

Critères	Oui	±	Non	Points
1. Signes vitaux Fréquence cardiaque [150 bpm] Tension artérielle Fréquence respiratoire Température ≥3 paramètres = 2 points, 2 paramètres = 1 point	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
2. Examen cardiovasculaire Palpation précordiale [normale] Auscultation cardiaque en au moins 3 positions Rythme [régulier] Souffles [aucun] Bruits surajoutés [aucun] ≥4 éléments = 2 points, 2-3 éléments = 1 point	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
3. Examen du pouls Pouls radial Régularité Amplitude Symétrie ≥3 caractéristiques = 2 points, 2 caractéristiques = 1 point	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
4. Examen pulmonaire Auscultation antérieure systématique [normale] Auscultation postérieure systématique [normale]	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
5. Examen thyroïdien Inspection Palpation [normale] Recherche de nodules Recherche de goitre ≥3 manœuvres = 2 points, 2 manœuvres = 1 point	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
6. Examen général État général Peau [pâle] Tremblements [absents] Exophtalmie [absente] ≥3 signes recherchés = 2 points, 2 signes = 1 point	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
7. Examen neurologique sommaire Réflexes ostéo-tendineux Tremblements fins des extrémités	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
8. Évaluation globale de la qualité de l'examen clinique Examen clinique ciblé et bien conduit Bien = oui, suffisant = ±, insuffisant = non	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0

Critères	Oui	±	Non	Points
1. Diagnostic principal [Palpitations liées au stress et aux stimulants]	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
2. Diagnostics différentiels <i>≥4 diagnostics évoqués = 2 points, 2-3 diagnostics = 1 point</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Facteurs favorisants identifiés <ul style="list-style-type: none">• Consommation excessive de caféine (5 tasses/jour)• Stress psychosocial important• Consommation de cocaïne• Déshydratation relative Signes d'alerte à exclure <ul style="list-style-type: none">• Syncope vraie → arythmie grave• Antécédents familiaux de mort subite• Anomalies à l'examen clinique				
3. Examens complémentaires Biologie : FSC (anémie), TSH (hyperthyroïdie), ionogramme ECG de repos Holter ECG 24h si récurrence Échocardiographie si anomalie ECG Test toxicologique urinaire si besoin <i>≥4 examens pertinents = 2 points, 2-3 examens = 1 point</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
4. Prise en charge non médicamenteuse <i>≥3 catégories complètes = 2 points, 2 catégories = 1 point</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Modifications du mode de vie <ul style="list-style-type: none">• Réduction drastique du café (max 1-2 tasses/jour)• Hydratation adéquate (minimum 1,5-2L/jour)• Arrêt impératif de la cocaïne• Sevrage tabagique progressif• Activité physique régulière (30 min 3x/semaine) Gestion du stress <ul style="list-style-type: none">• Techniques de relaxation (training autogène, méditation)• Respiration abdominale• Yoga ou tai-chi• Amélioration de l'hygiène du sommeil• Planification du temps de travail Modifications alimentaires <ul style="list-style-type: none">• Repas réguliers et équilibrés• Petit-déjeuner consistant• Éviter les repas trop légers• Limiter les excitants (thé, boissons énergisantes)• Supplémentation en magnésium possible Support psychosocial <ul style="list-style-type: none">• Consultation psychologique si besoin• Groupes de soutien étudiants• Aménagement possible des études• Renforcement du réseau social				
5. Conseils spécifiques sur les substances Information sur les risques cardiaques de la cocaïne Orientation vers consultation d'addictologie si besoin Aide au sevrage tabagique Alternatives au café (tisanes, décaféiné) <i>≥3 conseils = 2 points, 2 conseils = 1 point</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0

6. Traitement médicamenteux	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Bêta-bloquants si échec des mesures hygiéno-diététiques				
Anxiolytiques ponctuels si composante anxieuse marquée				
Traitement spécifique selon résultats (fer si anémie, etc.)				
≥2 options thérapeutiques = 2 points				
7. Suivi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Contrôle à 2-4 semaines				
Journal des palpitations				
Réévaluation après modifications du mode de vie				
ECG de contrôle si persistance				
≥3 modalités de suivi = 2 points, 2 modalités = 1 point				
8. Éducation et prévention	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Explication du cercle vicieux stress-palpitations				
Techniques d'autogestion				
Signes d'alerte nécessitant une consultation				
Importance de l'observance des changements				
≥3 éléments éducatifs = 2 points, 2 éléments = 1 point				
9. Évaluation globale de la qualité de la prise en charge	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Prise en charge cohérente et bien conduite				
Bien = oui, suffisant = ±, insuffisant = non				

Communication (25%)					Score : 0/20
Critères	A	B	C	D	E
1. Réponse aux sentiments et besoins du patient	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Empathie, écoute active, validation des émotions					
Explique le déroulement de la consultation et vérifie les préoccupations du patient, commence l'anamnèse par une question ouverte ; reconnaît, verbalise et légitime les émotions, fournit du soutien					
2. Structure de l'entretien	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Organisation logique, transitions fluides, gestion du temps					
Se présente par son nom et sa fonction, les étapes de l'entretien sont identifiables et s'enchaînent de manière logique, gestion du temps, adaptation à la situation					
3. Expression verbale	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Clarté, vocabulaire adapté, vérification de la compréhension					
Langage adapté au niveau du patient, pas de jargon, explications compréhensibles, reformulations quand nécessaire, répétitions des points clés, fait une synthèse de la consultation, bonne articulation, ton et volume adéquats					
4. Expression non verbale	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Contact visuel, posture, gestuelle appropriée					
Distance interpersonnelle adéquate, posture adéquate, gestes adéquats, contact visuel et expression faciale adéquats, pauses quand nécessaire					
5. Évaluation générale de la communication	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Qualité globale de l'interaction médecin-patient					

Score Global	% par Section				Note Globale
0%	Anamnèse 0%	Examen clinique 0%	Management 0%	Communication 0%	A-E

Échelle de notation				
A ≥90%	B 80-89%	C 70-79%	D 60-69%	E <60%

Éléments non évalués

- Anamnèse : Présentation avec nom, fonction et tâche
- Anamnèse : Motif de consultation
- Anamnèse : Caractéristiques temporelles
- Anamnèse : Caractérisation du rythme cardiaque
- Anamnèse : Irradiation
- Anamnèse : Symptômes cardiovasculaires associés
- Anamnèse : Symptômes neurovégétatifs
- Anamnèse : Antécédents médicaux personnels
- Anamnèse : Anamnèse par systèmes
- Anamnèse : Habitudes alimentaires et hydratation
- Anamnèse : Habitudes de vie et toxiques
- Anamnèse : Traitements actuels
- Anamnèse : Activité physique et loisirs
- Anamnèse : État psychologique et stress
- Anamnèse : Anamnèse familiale
- Anamnèse : Anamnèse sociale
- Anamnèse : Questions de clôture et résumé
- Anamnèse : Évaluation globale de la qualité de l'anamnèse
- Examen clinique : Signes vitaux
- Examen clinique : Examen cardiovasculaire
- Examen clinique : Examen du pouls
- Examen clinique : Examen pulmonaire
- Examen clinique : Examen thyroïdien
- Examen clinique : Examen général
- Examen clinique : Examen neurologique sommaire
- Examen clinique : Évaluation globale de la qualité de l'examen clinique
- Management : Diagnostic principal
- Management : Diagnostics différentiels
- Management : Examens complémentaires
- Management : Prise en charge non médicamenteuse
- Management : Conseils spécifiques sur les substances
- Management : Traitement médicamenteux
- Management : Suivi
- Management : Éducation et prévention
- Management : Évaluation globale de la qualité de la prise en charge
- Communication : Réponse émotionnelle
- Communication : Structure
- Communication : Expression verbale
- Communication : Expression non verbale
- Communication : Évaluation générale