

# Lipothymie



On a tous déjà connu la sensation d'être sur le point de s'évanouir, que tout tournait autour de nous, que notre corps allait bientôt nous « lâcher ». Fausse syncope ou vraie malaise, ces sensations recouvrent souvent une lipothymie. Pourquoi et comment arrive ce phénomène et comment y faire face ?

## **Lipothymie : définition**

Lipothymie signifie littéralement « laisser, faire défaut, abandonner », du grec *leipo*, et « cœur, affectivité », du grec *thymo*.

La lipothymie est un malaise subit et passager, caractérisé par :

- une impression angoissante d'évanouissement imminent,
- une pâleur,
- des sueurs,
- une sensation de brouillard visuel,
- des bourdonnements d'oreille,
- des acouphènes,
- des étourdissements,
- des palpitations,
- une hypersudation.

Dans le cas d'une lipothymie, on ne perd pas connaissance. Il s'agit d'une faiblesse de la conscience, même si le sujet entend toujours ce qui se passe autour de lui.

En pratique moins grave qu'une syncope (ou la perte de conscience est totale), une lipothymie est un événement à considérer de manière sérieuse, car c'est le premier degré de la syncope.

**Bon à savoir** : on parle communément de « malaise vagal » lors de ces épisodes mais la lipothymie est la phase qui précède le malaise vagal et n'a souvent pas exactement les mêmes causes.

## Causes de la lipothymie

Il existe de multiples causes à la survenue d'une lipothymie et il est souvent difficile d'en isoler une seule. On trouvera donc parmi les causes fréquentes :

- la chaleur, la déshydratation ;
- l'effort ou l'arrêt soudain d'effort ;
- une forte fatigue, le surmenage ;
- le stress, l'anxiété ;
- une émotion ou une douleur intense ;
- une douleur vive ;
- la vue de sang ;
- une atmosphère confinée ;
- le décours d'un bon repas.

## Lipothymie : diagnostic

Souvent bénin et rare, le malaise lipothymique ne justifiera pas de prise en charge médicale. Cependant il conviendra de différencier ce malaise d'autres causes à côté desquelles il ne faudrait pas passer comme :

- un vertige, avec sensation de mouvement giratoire ;
- une hypoglycémie (par exemple chez le sujet diabétique) ;
- une crise d'épilepsie ;
- un accident ischémique transitoire avec signes neurologiques.

**Bon à savoir** : si les malaises se répètent, des examens tels qu'un ECG (électrocardiogramme) seront à effectuer afin d'éliminer une cause cardiaque au malaise.

## Conduite à tenir en cas de malaise lipothymique

Devant un malaise lipothymique et plus généralement tout malaise (vagal ou syncope) on veillera à :

- allonger le malade ;
- lui faire « prendre l'air » ;
- lui lever les jambes de manière à ce que le sang redescende vers le cerveau ;
- réhydrater la personne et lui administrer du sucre, si besoin imbibé d'alcool de menthe.

Il conviendra d'appeler le 15 en cas de symptômes ou de signes plus graves tels que :

- un évanouissement qui dure plus d'une minute ;
- un évanouissement chez un enfant ;
- des tremblements ou des convulsions lors de l'évanouissement ;
- une inconscience avérée sans réaction du patient.

En attendant que les secours arrivent, il faut positionner la personne couchée sur le côté (position latérale de sécurité).