

B2.44.1 Malaise vagal

Malaise vagal



Le **malaise vagal** survient parfois quand on a des étoiles devant les yeux ou des **vertiges**. Il est lié au **nerf vague** : s'il est trop stimulé, notamment par la chaleur ou une station debout prolongée, le rythme cardiaque peut ralentir. *Mais* ce malaise n'est pas une hypoglycémie, car le corps régule généralement le **taux de sucre**. En cas de symptômes, il faut *s'asseoir*, attendre, et *donc* consulter si cela persiste.

Vasovagal fainting sometimes occurs when you see stars in front of your eyes or feel **dizziness**. It is linked to the **vagus nerve**: if it is overstimulated, notably by heat or prolonged standing, the heart rate can slow down. But this fainting spell is not hypoglycemia, because the body generally regulates the **blood sugar level**. If symptoms occur, you should sit down, wait, and therefore consult someone if it persists.

1. Quelle explication décrit le mieux l'origine d'un malaise vagal ?

- | | |
|--|---|
| a. Une stimulation excessive du nerf vague qui ralentit trop le rythme cardiaque | b. Une baisse brutale du taux de sucre due à un petit-déjeuner oublié |
| c. Une crise d'anxiété qui accélère durablement le cœur | d. Une infection respiratoire qui provoque de la fièvre et des frissons |

2. Quel facteur peut favoriser un malaise vagal ?

- | | |
|---|------------------------------------|
| a. Rester debout longtemps ou subir une forte chaleur | b. Boire un café après le déjeuner |
| c. Dormir plus de dix heures d'affilée | d. Prendre un antibiotique à jeun |

1-a 2-a

2. A loved one has a vasovagal fainting episode in the subway and you must help them recover.

Task: Rédige un message à ton proche avec cinq conseils concrets pour se rétablir vite et précise quand consulter un médecin.

URL: Comment réagir en cas de malaise vagal ?

Use in your answer: malaise vagal / perte de connaissance / allongez-vous / surélevez vos jambes / repris connaissance / consultez un médecin