

## Echelle de dyspnée modifiée Medical Research Council (mMRC)

Sources : Haute Autorité de Santé - Réponses rapides dans le cadre de la Covid-19 : Symptômes prolongés suite à une Covid-19 de l'adulte - Diagnostic et prise en charge - février 2021 - [https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2021-02/20rr430\\_covid\\_19\\_symptomes\\_prolonges\\_post\\_cd.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2021-02/20rr430_covid_19_symptomes_prolonges_post_cd.pdf)  
<https://www.inanutshell.ch/fr/calculateurs/echelle-de-dyspnee-mmrc/>

L'échelle de dyspnée modifiée du Medical Research Council (mMRC) permet de classer subjectivement la sévérité de la dyspnée chez les patients atteints de bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO).

### → Interprétation

Plus le stade est élevé, plus la dyspnée est sévère. Cela permet d'évaluer le risque d'exacerbation de la BPCO.

Description des symptômes	Symtômes	Grade
Absence de gêne liée au souffle, sauf pour des exercices physiques intenses	Rares	0
Gêne par l'essoufflement à la marche rapide ou en gravissant une légère colline	Légers	1
Sur terrain plat, marche plus lentement que les personnes du même âge en raison de l'essoufflement, ou doit s'arrêter pour respirer en marchant à son propre rythme	Modérés	2
Arrête pour respirer après 100 mètres ou quelques minutes de marche sur terrain plat	Sévères	3
Trop essoufflé pour quitter la maison, ou essoufflement en s'habillant ou se déshabillant	Très sévères	4

## Test de lever de chaise de 1 min

Source : Kinésithér Scient 2014;550:11-17 - [https://www.maisondeskines.com/\\_upload/article-pdf/KS550P11.pdf](https://www.maisondeskines.com/_upload/article-pdf/KS550P11.pdf)

