

Échelle du Lac Louise

Cette échelle a tendance à surestimer le diagnostic du MAM. Elle n'a pas été vérifiée chez l'enfant.

Signes rapportés par autoévaluation après une arrivée récente en altitude : **les maux de tête et au moins un autre symptôme doivent être présents pour le diagnostic du MAM.**

- | | | |
|---------------------------------|---|--|
| 1. Mal de tête | 0 | pas de mal de tête |
| | 1 | mal de tête léger |
| | 2 | mal de tête moyen |
| | 3 | mal de tête intense, empêche toute activité |
| 2. Symptômes gastro-intestinaux | 0 | pas de symptômes gastro-intestinaux |
| | 1 | faible appétit ou nausées |
| | 2 | nausées modérées ou vomissements |
| | 3 | nausées sévères et vomissements empêchant toute activité |
| 3. Fatigue et faiblesse | 0 | ni fatigué, ni faible |
| | 1 | fatigue ou faiblesse légère |
| | 2 | fatigue ou faiblesse modérée |
| | 3 | fatigue ou faiblesse sévère, empêche toute activité |
| 4. Vertiges et étourdissements | 0 | pas de vertiges |
| | 1 | vertiges légers |
| | 2 | vertiges modérés |
| | 3 | vertiges sévères, empêchant toute activité |
| 5. Difficultés à dormir | 0 | dort comme d'habitude |
| | 1 | n'a pas dormi comme d'habitude |
| | 2 | s'est réveillé de nombreuses fois, mauvais sommeil |
| | 3 | n'a pas dormi du tout |

Score ≥ 3 = MAM

Score ≥ 6 = MAM sévère