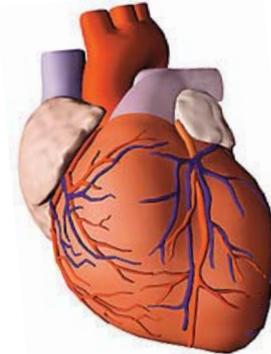


LA MALADIE CORONARIENNE : QU'EST-CE QUE C'EST ?



Graphique : www.internisten-im-netz.de

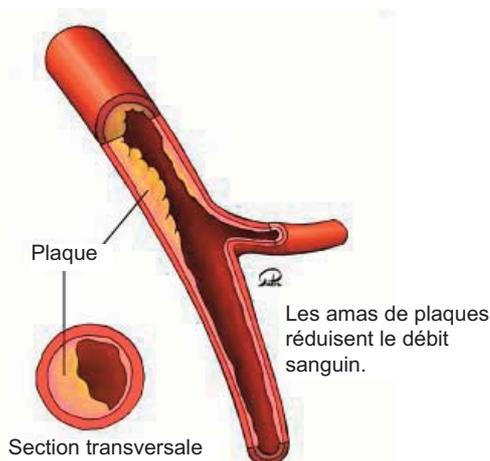
CHÈRE PATIENTE, CHER PATIENT,

Votre médecin vous a annoncé que vous souffrez d'une maladie coronarienne chronique. Il s'agit d'une maladie qui demeure toute la vie et qui doit donc être prise au sérieux. Un traitement ciblé peut vous permettre d'atteindre un état de santé semblable à celui d'une personne en bonne santé.

► COMMENT SE DÉVELOPPE UNE MALADIE CORONARIENNE ?

Une maladie coronarienne (MC) se développe suite au rétrécissement des artères coronaires. Ces artères sont dites coronaires car elles forment une couronne autour du cœur. Elles approvisionnent le cœur en sang, qui transporte l'oxygène essentiel à la vie. Les rétrécissements sont dus à des dépôts de graisse et de calcium sur les parois intérieures des artères coronaires. Ces dépôts forment des *plaques*.

L'une des conséquences est que le cœur ne reçoit plus assez d'oxygène. En cas d'effort physique notamment, le cœur ne peut donc plus transporter assez de sang dans le corps et des symptômes apparaissent.



► FACTEURS DE RISQUE DE LA MC

Divers facteurs peuvent favoriser une MC. Il existe un risque accru pour les artères coronaires si :

- vous fumez
- vous faites peu d'exercice physique
- vous avez une mauvaise alimentation ou une surcharge pondérale
- vos taux de lipides dans le sang sont mauvais
- vous êtes diabétique
- vous faites de l'hypertension artérielle
- vous avez une charge émotionnelle importante

► SYMPTÔMES

La MC ne s'accompagne pas continuellement de symptômes. Mais, au cours de la maladie, des symptômes peuvent apparaître par intermittence et être plus ou moins intenses. Symptômes possibles :

- douleurs derrière le sternum qui irradient souvent dans le cou, la mâchoire, les bras ou le haut de l'abdomen
- difficultés respiratoires, détresse respiratoire
- sudation ou nausées
- angoisse de la mort

Par *angine de poitrine*, on entend un sentiment d'oppression soudain ou des douleurs dans la poitrine qui apparaissent la plupart du temps en cas d'effort physique ou de stress.

Une MC peut entraîner d'autres maladies graves telles que l'infarctus du myocarde, des arythmies cardiaques ou une insuffisance cardiaque, et peut donc mettre la vie du patient en danger. C'est pourquoi vous devez discuter avec votre médecin des mesures à prendre en cas d'urgence. Votre famille doit aussi connaître le comportement à adopter.

▶ TRAITEMENT

Il n'est certes pas possible de guérir la MC, mais avec un traitement adéquat, vous pouvez mener une vie normale. Le traitement a deux objectifs : diminuer les symptômes et les conséquences dangereuses telles que la crise cardiaque.

Le plus important est d'adopter une hygiène de vie saine. Cela signifie : beaucoup d'exercice, une alimentation équilibrée et si possible, arrêter de fumer. En outre, la MC est traitée par des médicaments, des stents ou une opération. Vous devez dans tous les cas prendre certains médicaments, que vous ayez des symptômes ou non. Des études probantes ont montré qu'ils peuvent prolonger la vie de certains patients :

- Les **antiagrégants plaquettaires** empêchent l'agglutination de plaques sur les parois des artères coronaires.
- Les **statines** améliorent les taux de lipides dans le sang. Ainsi, l'amas de plaques sur les parois internes des artères est réduit.

Les bêtabloquants, les inhibiteurs de l'ECA et d'autres médicaments sont également utilisés chez certains patients. Si les symptômes ne diminuent pas suffisamment à l'aide des médicaments, votre médecin peut vous placer des stents. Il s'agit de fins tubes métalliques qui maintiennent les vaisseaux sanguins ouverts. Souvent, ils apaisent rapidement les symptômes mais ne prolongent pas la vie. Vous devez continuer à prendre des médicaments.

Grâce à une opération du cœur, votre médecin peut contourner les vaisseaux rétrécis. Vos propres artères ou des tissus artificiels servent de pont. Dans certains cas,

ceci permet d'empêcher une crise cardiaque et de prolonger la vie des patients. Ceci a été prouvé par des études. L'opération correspondante a des effets secondaires importants et peut entraîner par la suite des accidents vasculaires plus fréquents. Parfois, une telle opération ne présente aucun avantage : par exemple si seulement un vaisseau est rétréci. Vous devez continuer à prendre des médicaments.

▶ QUE POUVEZ-VOUS FAIRE PAR VOUS-MÊME ?

- essayer d'arrêter de fumer
- faire du sport et rester actif
- faire attention à votre alimentation
- prendre vos médicaments régulièrement et conformément à la prescription
- faire contrôler régulièrement votre tension, votre glycémie et le cas échéant, vos taux de lipides sanguins
- vous faire vacciner contre la grippe chaque année, demandez à votre médecin les avantages et les inconvénients de la vaccination
- vous entretenir avec d'autres patients et informer les personnes que vous côtoyez quotidiennement de votre maladie

Dans le cadre de formations pour patients, vous pouvez apprendre à mettre ces conseils en pratique. Vous pouvez aussi participer à un programme de gestion thérapeutique de la MC. L'objectif est de coordonner la prise en charge par votre médecin généraliste et les spécialistes qui vous traitent. Parlez à votre médecin de cette possibilité.

▶ POUR PLUS D'INFORMATIONS

Ces informations aux patients reposent sur les connaissances scientifiques actuelles et récapitulent les points les plus importants du guide destiné aux patients intitulé « Maladie coronarienne chronique » :

www.patienten-information.de/patientenleitlinien

Le guide du patient a été élaboré dans le cadre du programme de développement national des guides médicaux. Les autorités responsables de ce programme sont l'ordre fédéral des médecins (BÄK), l'association fédérale des médecins conventionnés (KBV) et l'association des sociétés scientifiques et médicales (AWMF).

Méthodologie et fiche d'information « Maladie coronarienne – Comportement en cas d'urgence » : www.patinfo.org

Contact : entraide

Pour trouver une organisation d'entraide près de chez vous, informez-vous auprès de NAKOS (agence nationale d'information et de contact pour le soutien des groupes d'entraide) : www.nakos.de, Tél.: 030 3101 8960

Responsable du contenu :

Service central pour la garantie de la qualité médicale (ÄZQ)

Institut commun du BÄK et de la KBV

Téléphone : 030 4005-2501 • Fax : 030 4005-2555

e-mail/interlocuteur : mail@patinfo.org

www.patinfo.org

www.aezq.de



Remis gracieusement par