

Vos RDV à venir :

Le suivi médical est primordial pour éviter les complications et ralentir la progression de la maladie:

Médecin traitant : _____

Date :/..../... Heure :H....

Cardiologue : _____

Date:/..../... Heure :H....

Tabacologue: _____

Date:/..../... Heure :H....

Nom médecin :

Date :

Signature :

Contacts (Cardiologie /USIC) :

01.61.69.52.00 (Consultations, échographies cardiaques, épreuves d'effort, holter ECG)

01.61.69.77.66 (Hospitalisation, coronarographies-angioplastie, pace-maker, rythmologie)

01.61.69.33.45 (Consultation semi-urgente pour insuffisants cardiaques)

01.61.69.77.66 (Secrétariat)



Centre Hospitalier Sud Francilien

40, Av Serge Dassault, Corbeil-Essonnes - 01 61 69 61 69
Ecole du Coeur, Pharmacie, mars 2017



L'insuffisance cardiaque

Nom patient :



Centre Hospitalier Sud Francilien

40, Av Serge Dassault , Corbeil-Essonnes
01 61 69 61 69

Qu'est-ce que c'est ?

Le cœur fonctionne comme une **pompe**. Cette pompe a des temps de contraction et de relaxation pendant lesquels elle éjecte la quantité de sang nécessaire et suffisante pour alimenter l'organisme. Lors d'un **effort**, le cœur s'adapte en augmentant sa fréquence et son débit.



En cas de maladie du muscle cardiaque, des artères, des valves (clapets qui séparent les cavités du cœur), le cœur va compenser, se dilater et s'épaissir jusqu'à **perdre sa capacité de se contracter normalement : c'est alors que l'on parle d'insuffisance cardiaque (IC)**. Le cœur n'est **plus capable d'assurer un débit sanguin suffisant** dans l'organisme pour couvrir les besoins des différents organes en oxygène et en substances nutritives.

Le 1er signe de l' IC est un **essoufflement**, d'abord à l'effort puis même au repos. Peuvent apparaître ensuite une **fatigue**, des **oedèmes** (accumulation d'eau sous la peau responsable du gonflement des pieds, des mains par exemple), et une **prise de poids**.

Toute augmentation des symptômes est un signe d'aggravation de la maladie et vous devez contacter votre médecin.

Votre traitement

Le médecin vous a prescrit (voir ordonnance):

Un **diurétique** : _____ pour le traitement des oedèmes si présents.

Un **IEC ou ARAII** : _____ pour stabiliser la tension artérielle, diminuer la dilatation du cœur et donc réduire l'apparition des complications.

L'association **IEC/Diurétique** : _____

Une **bétabloquant** : _____ pour mettre le cœur au repos en diminuant ses besoins en oxygène.

Votre **hygiène de vie** participe à ralentir la progression de la maladie : **alimentation équilibrée, activité physique comme la marche, réduction de la consommation**



Réduire les risques de complications

Certains comportements sont des facteurs augmentant le risque de complications:

- **Le tabac**

Le **monoxyde de carbone** présent dans une cigarette limite le transport de l'oxygène dans le sang en se fixant aux globules rouges. Ceci aggrave le **manque d'oxygène** déjà existant lors de l'insuffisance cardiaque.

La **nicotine** augmente la fréquence cardiaque et donc la pression artérielle, ce qui épuise davantage le cœur et **aggrave le manque en oxygène** de tous les organes.

- **Le surpoids** entraîne une fatigue prématurée du cœur, en l'obligeant à travailler plus.

- **Une alimentation salée** favorise l'apparition d'oedèmes et le risque de survenue d'une décompensation cardiaque. **Certains médicaments sous forme effervescente contiennent beaucoup de sel.**