

# Je comprends la prise en charge de mon insuffisance cardiaque

## Le site du Docteur Guy WELADJI

Adresse du site : [www.docvadis.fr/guy-weladji](http://www.docvadis.fr/guy-weladji)



Validé par  
le Comité Scientifique Cardiologie

**Vous souffrez d'insuffisance cardiaque. La capacité de votre cœur à propulser le sang dans vos artères est altérée. Il s'agit d'une maladie chronique qui nécessite, outre une surveillance régulière, de bien suivre les conseils de votre médecin et de bien prendre vos traitements.**

## Pourquoi dois-je prendre des médicaments ?

Le traitement repose sur différents types de médicaments prescrits selon l'importance de votre insuffisance cardiaque. Les plus importants sont les vasodilatateurs (par exemple, les inhibiteurs de l'enzyme de conversion ou IEC, et les antagonistes de l'angiotensine II ou sartans), les bêtabloquants et les diurétiques. Chacune de ces classes thérapeutiques a montré une grande efficacité sur l'évolution de votre maladie chronique. Ils vous seront prescrits en fonction de la sévérité de votre insuffisance cardiaque. Les vasodilatateurs dilatent vos artères, favorisent votre circulation sanguine et limitent ainsi les efforts que votre cœur doit fournir pour propulser le sang. Les bêtabloquants améliorent le fonctionnement musculaire de votre cœur et contrôlent son rythme. Les diurétiques augmentent l'élimination d'eau et de sel par les reins. Schématiquement, ils réduisent le volume de sang circulant et donc diminuent le travail du cœur. D'autres traitements peuvent être nécessaires. Des anticoagulants ou des antiagrégants plaquettaires pour éviter la formation de caillots qui pourraient boucher une artère, ou des médicaments à base de trinitrine pour améliorer l'irrigation sanguine de votre cœur, en dilatant les artères coronaires. La plupart de ces traitements devront être pris à vie.

## Qu'appelle-t-on une bonne hygiène de vie ?

Vous devez surveiller de près votre alimentation (peu de sucres, contrôler les apports en sel, pas de graisses animales, beaucoup de légumes et de fruits), limiter la consommation d'alcool, stopper

complètement le tabac et marcher. La pratique d'une activité physique régulière – 30 minutes de marche à votre rythme chaque jour – est un point essentiel du traitement. Sans elle, votre cœur continue de se détériorer rapidement.

## **On m'a parlé du vaccin contre la grippe. Quel est le rapport avec l'insuffisance cardiaque ?**

L'insuffisance cardiaque vous fragilise, et une maladie aussi anodine que la grippe peut avoir des conséquences sérieuses. Il est donc recommandé de vous faire vacciner. Souffrant d'insuffisance cardiaque, vous pourrez bénéficier d'une prise en charge à 100 % pour cette affection et donc être remboursé de la vaccination.

## **On m'a parlé d'un appareil, le pacemaker, capable d'améliorer le travail de mon cœur ?**

Dans certains cas particuliers, l'insuffisance cardiaque est due à une mauvaise synchronisation de la contraction des différentes parties du cœur. Pour rétablir un fonctionnement efficace, il est possible d'implanter une sorte de régulateur électronique (pacemaker, en anglais), diminuant de manière importante les symptômes. Son rôle consiste à envoyer des impulsions électriques sur les différentes parties de votre cœur, pour qu'elles se contractent au bon rythme et dans le bon ordre.

Le traitement de l'insuffisance cardiaque passe par la pratique, chaque jour, de 30 minutes de marche et la prise de médicaments facilitant le travail de votre cœur. Vous devez prendre scrupuleusement chaque jour votre traitement pour éviter une aggravation, et rester autonome.