

- Adapter les activités sexuelles à votre état et ne pas hésiter à en parler au médecin
- Si vous êtes fumeur, des aides peuvent vous être proposées pour votre sevrage
- Ne pas abuser de boissons alcoolisées

## Votre suivi médical

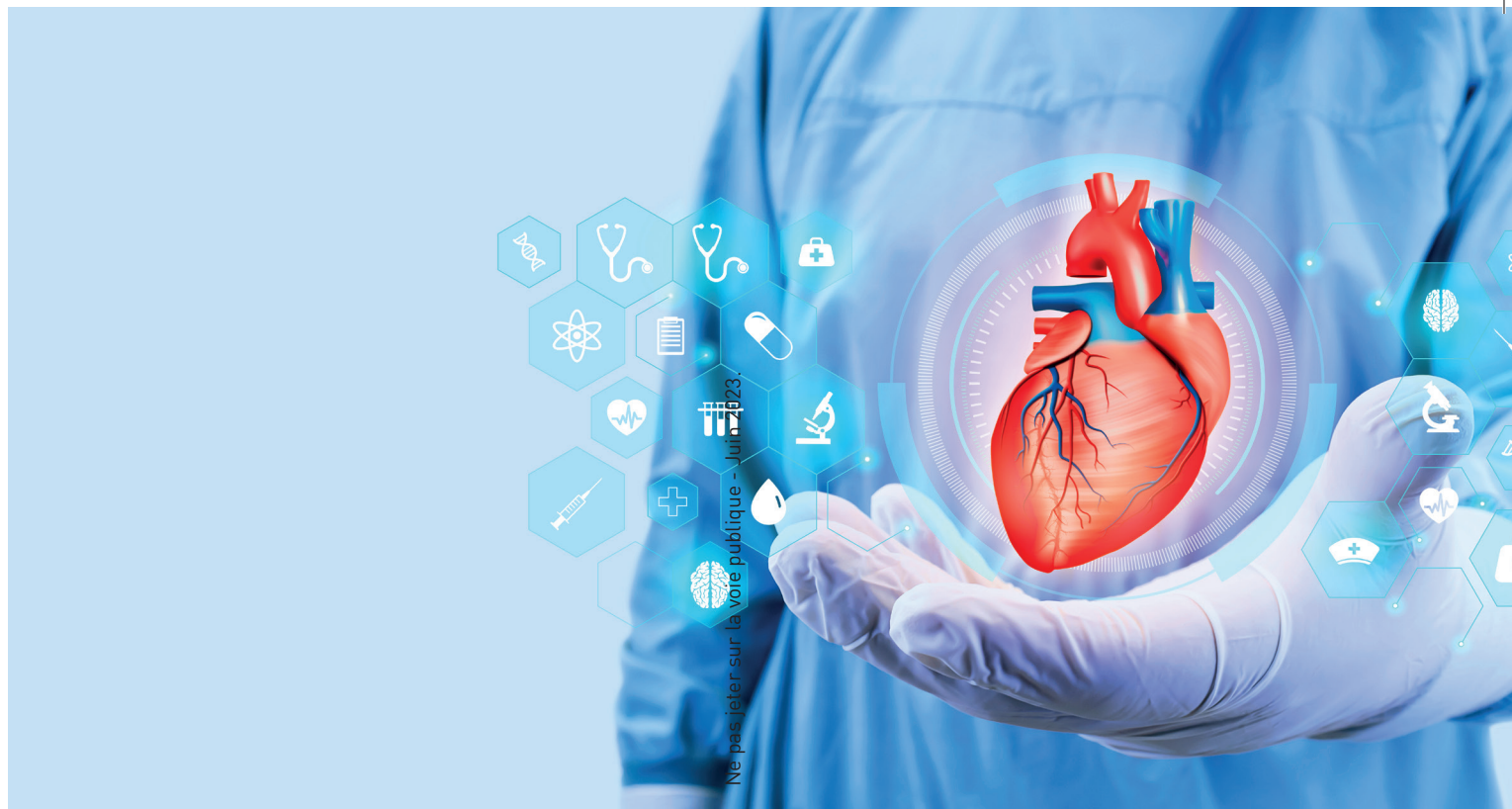
A votre sortie, différents rendez-vous seront programmés. Cela fait partie de votre prise en charge. Vous serez amené à voir plus souvent votre cardiologue, même parfois différents cardiologues spécialisés dans certains domaines.

Vous serez également amené à rencontrer l'infirmière de l'insuffisance cardiaque. Elle répondra à vos questions et vous aidera à trouver des solutions pour votre vie au quotidien. Elle permet également d'avoir une «surveillance médicale» plus accrue pour vous éviter une nouvelle hospitalisation.

## Quand reconsulter ?

- Si votre essoufflement s'aggrave brutalement ou que la position allongée ne vous est plus supportable (difficultés respiratoires ou toux de décubitus)
- Si vous prenez du poids rapidement (2-3 kg en 2-3 jours)
- Si vos jambes gonflent
- Si vous faites des malaises et/ou perdez connaissance

Vous devez alors consulter votre médecin traitant ou votre cardiologue. N'oubliez pas que l'infirmière EpiCURA peut vous aider dans votre décision en l'appelant au **065 61 40 28**.



Ne pas jeter sur la voie publique - Juin 2023

# L'insuffisance cardiaque

**EpiCURA**  
mon hôpital

Centre Hospitalier EpiCURA asbl  
Siège social :  
rue Louis Caty 136 - 7331 Baudour

**T. : 078 / 150 170**  
**www.epicura.be**



Editeur responsable : François Burhin - Rue Louis Caty 136 - 7331 Baudour

**EpiCURA**  
mon hôpital

**L'insuffisance cardiaque est une maladie chronique et évolutive. Celle-ci entraîne une incapacité du cœur à faire son travail de «pompe» pour envoyer de l'oxygène dans tout l'organisme.**

## Les signes

- Vous avez du mal à respirer (dyspnée)
- Vous êtes rapidement fatigué à l'effort, voir même au repos
- Vos pieds et vos jambes sont parfois gonflés
- Parfois il n'y a aucun symptôme alors que le cœur fonctionne mal...

## Le diagnostic

Il est posé par votre cardiologue sur base de :

- l'examen clinique
- la biologie (prise de sang)
- l'échographie cardiaque

## Les complications

Dans l'insuffisance cardiaque, votre état peut s'aggraver rapidement. Vous pouvez alors présenter une détresse cardio-respiratoire.

A plus long terme, vous pouvez également présenter des œdèmes importants nécessitant une nouvelle hospitalisation.

L'insuffisance cardiaque étant chronique et évolutive, les symptômes se feront ressentir pour des efforts de moins en moins importants. Les traitements permettent de ralentir l'évolution, parfois de faire régresser la maladie.

## Les traitements

Certains médicaments vont traiter les symptômes, d'autres vont ralentir l'évolution de la maladie. Vous devrez vous référer aux indications de votre cardiologue et ne pas stopper le traitement sans avis médical. Il faut parfois plusieurs semaines, voire quelques mois pour ressentir l'efficacité.

Dans certains cas, selon l'évolution de la maladie, un pacemaker peut vous être proposé.

## Votre rôle

Les précautions :

- prendre votre traitement en évitant les erreurs ou les oublis
- éviter de prendre d'autres médicaments non prescrits (anti-inflammatoire, médicament effervescent)
- s'auto-surveiller en se pesant tous les jours, et appeler son médecin traitant en cas de prise de poids rapide (2-3kg en 2-3 jours) ou en cas d'aggravation des difficultés respiratoires
- se faire vacciner chaque année pour la grippe et tous les 5 ans pour le pneumocoque

## Les règles hygiéno-diététiques

- Réduire sa consommation de sel
- Ne pas consommer plus de 1,5 L de liquide par jour (peut-être même moins si votre médecin vous le demande)
- Éviter les efforts physiques intenses et si possible suivre un programme de réhabilitation cardiaque (ce qui permet de reprendre une activité physique dans un environnement sécurisé). La réhabilitation fait partie de votre traitement !

