

Les maladies coronariennes

La page pratique suite

C'est grâce à la perspicacité de mon cardiologue que je peux aujourd'hui écrire ces quelques lignes, du moins de les écrire de cette bonne vieille terre. Imaginez un peu la situation de l'individu. Les analyses de sang sont bonnes, pas de diabète ni de cholestérol. L'électrocardiogramme est parfait. N'ayant pas fait de test à l'effort depuis la fin de ma vie professionnelle, j'en fais un. Le vélo n'est pas mon fort mais l'examen ne révèle rien d'anormal. Mon cardiologue à Aressy préconise alors, puisque je n'en avais jamais fait, un coronaroscanner. .. rien d'anormal pour un « vieillard de 60 ans »... Seulement voilà, le « cardio » au cours de la consultation me demande si je suis fatigué, c'est-à-dire, plus fatigué qu'à l'habitude. C'est le cas. Il a alors un doute et remet en cause le bilan que j'avais passé... Aussitôt dit, aussitôt fait, me voilà en salle d'opération, une sonde dans le poignet et quelques minutes plus tard, je vois mes artères à la télé... Documentaire, toujours plus instructif quand il s'agit des artères des autres, révèle une anomalie... l'artère intra-ventriculaire gauche était bouchée à plus de 70%... Un petit « ressort » et me voilà de nouveau plein de tonus...

Tout ceci pour vous dire que nous avons tous eu dans nos relations ou dans les amis des amis, une personne, en pleine forme qui décède subitement, quel que soit son âge. Notre première réflexion est de dire « il a fait une crise cardiaque ». Selon une étude réalisée, 1 français sur 3 est atteint de maladie coronarienne sans le savoir la plupart du temps. Mais c'est quoi une maladie coronarienne ? Je vous engage à lire, même si par moment c'est un peu technique, les passages de l'article extrait de l'internet dont vous trouverez l'intégralité à cette adresse : <https://lasante.net/fiches-conseil/pathologies/maladie-coronarienne.htm>... et si cela peut servir à quelqu'un, et bien j'en serais très satisfait pour lui et sa famille.

« La maladie coronarienne, également connue sous le nom de cardiopathie ischémique, est la maladie cardiaque la plus courante. Sur 56 millions de décès estimés dans le monde en 2001, plus de 29% ont été attribués à une maladie cardiovasculaire, et 2% à une cardiopathie ischémique¹. La maladie coronarienne est la manifestation la plus courante de la maladie cardiovasculaire et représente plus de la moitié des cas d'insuffisance cardiaque patente dans la population générale de moins de 75 ans. La maladie coronarienne est une maladie progressive, initiée par des lésions au niveau des parois des vaisseaux qui irriguent le cœur (les artères coronaires). Ces lésions déclenchent un processus complexe de remodelage et d'athérosclérose qui entraîne l'épaississement de la paroi artérielle et donc une diminution du flux sanguin vers le cœur. Ce processus entraîne l'athérosclérose (accumulation de dépôts graisseux), c'est-à-dire le rétrécissement ou l'obstruction (le blocage) des artères coronaires qui amènent le sang porteur d'oxygène au muscle cardiaque. En conséquence, le muscle cardiaque ne peut fonctionner correctement et peut même s'arrêter complètement. Quelques points clés concernant la maladie coronarienne :

- La maladie coronarienne s'installe peu à peu par accumulation de dépôts graisseux et d'autres déchets sanguins sur le revêtement interne des artères. Il s'agit d'un processus progressif appelé athérosclérose.

- La progression de l'athérosclérose entraîne la formation de plaques dont la taille peut croître au point de réduire le flux sanguin dans l'artère et ainsi réduire l'apport sanguin au muscle cardiaque.

En conséquence, la diminution du flux sanguin au niveau du cœur et le manque d'oxygène qui en découle peuvent entraîner un angor (douleur cardiaque). Lorsqu'une artère est complètement bloquée, une zone complète du muscle cardiaque est privée d'oxygène et meurt, c'est la crise cardiaque. Le problème clé de la maladie coronarienne est qu'étant donné que de nombreuses personnes restent asymptomatiques (absence de symptôme comme dans mon cas), elles n'ont pas conscience de souffrir de cette maladie avant la survenue de la crise cardiaque.

QUELLES SONT LES PERSONNES À RISQUE DE DÉVELOPPER UNE MALADIE CORONARIENNE ?

Bien que la maladie coronarienne fasse partie du processus naturel de la sénescence, certaines personnes sont plus à risque que d'autres. Les facteurs de risque contrôlables : tabagisme, pression artérielle élevée (hypertension), diabète, hypercholestérolémie (dyslipidémie), obésité, mode de vie sédentaire.

QUELLES SONT LES CAUSES DE LA MALADIE CORONARIENNE ?

La maladie coronarienne fait partie, dans une certaine mesure, de la sénescence (vieillesse). Sa progression peut être plus rapide chez certaines personnes. On pense que la maladie coronarienne est initiée par des lésions au niveau de la couche la plus interne de l'artère provoquées par les facteurs de risque mentionnés ci-dessus. Les parois artérielles endommagées sont plus sujettes à l'athérosclérose, ce qui entraîne un durcissement des artères coronaires et une diminution de leur diamètre intérieur.

Ce phénomène entraîne une diminution du flux sanguin, ce qui réduit l'apport d'oxygène au muscle cardiaque. Des caillots sanguins peuvent également se développer à la surface de la plaque, bloquant encore plus l'artère et arrêtant complètement le flux sanguin. L'athérosclérose peut avoir de nombreuses causes intriquées, par exemple taux élevés de cholestérol et de triglycérides dans le sang, tabagisme, obésité, pression artérielle élevée (hypertension) et régime riche en produits laitiers et graisses animales (fromage du pays, jambon, œufs...).

QUELS SONT LES SYMPTÔMES DE LA MALADIE CORONARIENNE ?

La maladie coronarienne varie à la fois en termes de symptômes et de sévérité. Lorsque les artères coronaires sont bloquées, leur capacité à apporter au cœur qui bat le sang dont il a besoin diminue. Le cœur ne reçoit donc plus suffisamment d'oxygène, c'est l'ischémie. L'ischémie peut entraîner : aucun symptôme – c'est l'ischémie silencieuse, un angor (douleur au niveau du thorax), un essoufflement, une crise cardiaque (infarctus du myocarde), une arythmie ou des troubles des battements cardiaques, une insuffisance cardiaque.

EXISTE-T-IL DES TESTS POUR DÉPISTER LA MALADIE CORONARIENNE ?

Pour de nombreux patients, le premier symptôme de la maladie coronarienne est la crise cardiaque ou la mort subite sans aucun avertissement préalable. Les patients que l'on pense être à risque (par exemple ceux qui ressentent des douleurs thoraciques) doivent être examinés régulièrement. Des tests de dépistage de blocages au niveau des artères coronaires existent. Ils comprennent les électrocardiogrammes d'effort (tests d'effort), moins souvent le CT-scan, ou encore l'angiographie coronaire.

QUELLE EST LA STRATÉGIE ACTUELLE DE PRISE EN CHARGE DE LA MALADIE CORONARIENNE ?

La stratégie actuelle en matière de prise en charge de la maladie coronarienne doit viser à améliorer l'efficacité du cœur grâce à des médicaments, à une angioplastie coronaire et à la chirurgie, mais dans tous les cas, il faut également s'attaquer à la cause sous-jacente. Les patients doivent donc arrêter de fumer, faire contrôler régulièrement leur pression artérielle et leur taux de cholestérol, modifier leur alimentation, réduire leur poids et pratiquer régulièrement de l'exercice (sous la surveillance d'un médecin...

Malgré les modifications du mode de vie des patients, le recours aux nouveaux médicaments et l'amélioration des techniques chirurgicales, la maladie coronarienne reste l'une des principales causes de décès dans le monde. De plus, la charge que représente cette maladie continuera à augmenter et les projections estiment que d'ici 2020, au moins 37% de la totalité des décès seront dus à une maladie cardiovasculaire³, ce qui explique, bien sûr, le besoin croissant de traitements préventifs efficaces... » Y.C.

Unos refranes y sus traducciones en frances.

A dios rogando y con el mazo dando.....Aide-toi, le ciel t'aidera.
A cuentas claras, amigos viejos.....Les bons comptes font les bons amis.
A gran subida, gran bajada.....A grande montée, grande chute.
A mal de muerte, no hay médico que acierte.....Il ne faut pas se fier aux apparences.
A lo hecho, pecho.....Quand le vin est tiré, il faut le boire.
Amar y saber no puede ser.....L'amour est aveugle.
Aun no ensillamos y ya cabalgamos.....Il ne faut pas vendre la peau de l'ours avant de l'avoir tué
Cual el cuervo, tal su huevo.....Tel père, tel fils.
Cuando el rio suena, agua lleva.....Il n'y a pas de fumée sans feu.
En arca abierta, el justo peca.....L'occasion fait le larron.
En casa del herrero, cuchillo de palo.....Les cordonniers sont les plus mal chaussés.
La codicia rompe el saco.....On risque de tout perdre en voulant trop gagner.
Más vale pájaro en mano que buitres volando.....Un tiens vaut mieux que deux tu l'auras.
No hay atajo sin trabajo.....On n'a rien sans peine.
No se ganó Zamora en una hora.....Paris ne s'est pas fait en un jour.
Olivo y aceituna, todo es uno.....C'est Bonnet blanc et blanc Bonnet.
Por la boca muere el pez.....Trop parler nuit.
Zapatero, a tus zapatos.....Chacun son métier, les vaches seront bien gardées.
Muchos ajos en el mortero, mal los maja el majadero.....Qui trop embrasse, mal étreint.