

UN INFARCTUS ET APRÈS ?

L'INFARCTUS DU MYOCARDE CORRESPOND À LA DESTRUCTION D'UNE PARTIE DU MUSCLE CARDIAQUE APPELÉ MYOCARDE. CELA SE PRODUIT LORSQU'UN CAILLOT EMPÊCHE LE SANG DE CIRCULER NORMALEMENT DANS L'ARTÈRE CORONAIRE, QUI IRRIGUE LE CŒUR



PEUT-ON VIVRE NORMALEMENT APRÈS UN INFARCTUS ?

3 ÉLÉMENTS VONT PERMETTRE DE LE DÉTERMINER :

- LA QUANTITÉ DE MYOCARDE (MUSCLE DU CŒUR) PRÉSERVÉ. MOINS L'INTERVENTION MÉDICALE EST RAPIDE, PLUS LA QUANTITÉ DE MYOCARDE NÉCROSÉ SERA IMPORTANTE
- L'EXISTENCE DE RÉTRÉCISSEMENTS D'AUTRES ARTÈRES. UN TEL SCÉNARIO LIMITERAIT LES EFFORTS PHYSIQUES ET AUGMENTERAIT LE RISQUE DE TROUBLES GRAVES
- LA POURSUITE OU L'ABANDON DES COMPORTEMENTS À RISQUE : TABAC, MAUVAISE ALIMENTATION, SÉDENTARITÉ, STRESS...



LES FACTEURS DE RISQUE DE RECHUTE

LE TABAC

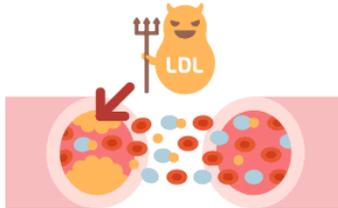
10 X
PLUS DE CHANCES
DE RÉCIDIVER EN
CONTINUANT
À FUMER



LE DIABÈTE



LE CHOLESTÉROL LDL



LE STRESS



QUELLE VIE QUOTIDIENNE APRÈS UN INFARCTUS ?

80% DES PERSONNES AYANT PRÉSENTÉ UN INFARCTUS REPRENNENT LEUR TRAVAIL



LES ACTIVITÉS SPORTIVES D'ENDURANCE SONT LES PLUS ADAPTÉES, EN ÉVITANT DES ACCÉLÉRATIONS TROP BRUSQUES

LES SÉJOURS EN ALTITUDE, AU-DELÀ DE 2.000 MÈTRES, SONT DÉCONSEILLÉS ET IL EST PRÉFÉRABLE D'ATTENDRE 4-5 SEMAINES AVANT DE PROGRAMMER UN VOYAGE EN AVION



IL EST RECOMMANDÉ D'ATTENDRE PLUSIEURS SEMAINES APRÈS L'INFARCTUS POUR REPRENDRE UNE ACTIVITÉ SEXUELLE NORMALE

L'HYPERTENSION ARTÉRIELLE (HTA)



IMPORTANT

LA RÉÉDUCATION DIMINUE DE MOITIÉ LE RISQUE DE NOUVEL ACCIDENT CARDIAQUE. UN SUIVI CARDIOLOGIQUE RÉGULIER (AU MOINS UNE FOIS PAR AN) PAR LE MÉDECIN TRAITANT EST INDISPENSABLE.