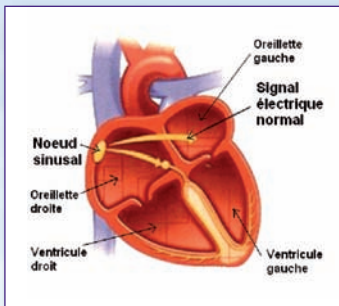


Comment bat votre cœur ?

STAND
Bayer HealthCare/HTA Vasc
Village du Semi-Marathon
de la Braderie de Lille
3 septembre 2011

Le cœur est le muscle qui nous maintient en vie.
Le rythme de ses battements influe sur notre état de santé.

► Qu'est ce que le rythme cardiaque ?



Le cœur bat (se contracte) environ 70 fois par minute au repos, plus rapidement lors d'efforts, d'émotions ou de stress.

Cette fonction est commandée par un stimulateur naturel appelé « nœud sinusal » qui se trouve dans l'oreillette droite du cœur et produit une impulsion électrique. Celle-ci est transmise aux oreillettes puis aux ventricules (centre du cœur) et permet de donner le signal de la contraction du cœur.

► Qu'est ce que la fibrillation atriale (FA) ?

Parmi les troubles cardiaques que l'on retrouve le plus fréquemment, la fibrillation atriale est celui qui se distingue par des **battements du cœur rapides et irréguliers**. Elle touche les oreillettes dans lesquelles un caillot (thrombus) peut se former. Celui-ci peut se déplacer, se mêler à la circulation sanguine et boucher une artère, notamment une artère du cerveau, entraînant ainsi un risque d'Accident Vasculaire Cérébral (AVC).

► Quels sont les signes avant-coureurs d'une FA ?

Les symptômes qui peuvent laisser présager d'une fibrillation atriale se manifestent par :

- > Palpitations
- > Pouls irrégulier
- > Vertiges
- > Perte de connaissance
- > Essoufflement
- > Douleur dans la poitrine

Mais la fibrillation atriale peut également survenir sans aucun symptôme préalable.

Quelques conseils pour protéger votre cœur :

- > Pour les fumeurs, arrêter au plus vite !
- > Faire régulièrement de l'exercice (avec accord du cardiologue en cas d'antécédents ou de facteurs de risques cardio-vasculaires).
- > Adopter une alimentation équilibrée.
- > Perdre l'éventuel excès de poids.
- > Modérer la consommation d'excitants tels que l'alcool, le thé et le café.
- > Se reposer et se relaxer : la fatigue et le stress favorisent les troubles du rythme.

Pour réguler le rythme cardiaque des traitements existent : les anti-arythmiques.

Pour fluidifier le sang et empêcher la formation de caillots, les traitements adaptés sont les anticoagulants.



Demandez conseil à votre médecin dans les cas suivants :

Si vous êtes hypertendu,
diabétique,
si vous avez un syndrome
d'apnée du sommeil,
si vous êtes en surpoids
ou âgé de plus de 75 ans.

Où nous retrouver ?

STAND

Bayer HealthCare/HTA Vasc

- sur le Village du Semi-Marathon de la Braderie de Lille
- 3 septembre 2011 de 9h à 17h
- au pied de la Porte de Paris

Les médecins de l'**association HTA Vasc** vous proposent de mesurer votre pression artérielle et de faire avec vous un « bilan troubles cardiaques »



Association déclarée selon la loi 1901



Bayer HealthCare