

En savoir plus sur les MVC

Que sont les maladies cardio-vasculaires ?

Les maladies cardiovasculaires sont la première cause de décès mondial. En France c'est la première cause de mortalité chez la femme et la deuxième cause après le cancer tout sexe confondus. Environ 140 000 décès par an en France sont attribuables à ces maladies. En 2020, 13,6 millions de personnes ont eu un traitement en lien avec des problèmes vasculaires¹.

Les maladies cardio-vasculaires touchent le cœur et les gros vaisseaux sanguins :

- infarctus du myocarde (atteinte des artères qui alimentent le cœur)
- cardiopathies congénitale, rhumatismale, hypertrophique (atteinte du muscle cardiaque)
- accident vasculaire cérébral (atteinte des artères qui irriguent le cerveau)
- artérite oblitérante des membres inférieurs (atteinte des artères des membres inférieurs)
- thromboses veineuses profondes et embolie pulmonaire (obstruction des veines par un caillot sanguin)

Quels sont les facteurs de risque cardiovasculaire ?

Il existe des facteurs de risques non modifiables sur lesquelles nous ne pouvons agir : l'âge (supérieur à 50 ans pour l'homme et à 60 ans pour la femme), le sexe (masculin) et l'hérédité (chez les parents, frères et sœurs).

Il existe surtout des facteurs de risques modifiables :

- Tabagisme : fumer est un des principaux facteurs de risque d'infarctus du myocarde et augmente le risque de nombreuses autres maladies. Mais après 5 ans d'arrêt du tabac le risque d'avoir un événement cardiovasculaire est le même que celui de la population générale. Il est possible de se faire aider par son médecin pour arrêter de fumer et/ou de consulter le site public www.tabac-info-service.fr qui propose conseils et accompagnement pour trouver et garder sa motivation dans l'arrêt du tabac.
- Diabète, hypercholestérolémie, obésité : ces risques sont modifiables par une alimentation adaptée et si nécessaire un traitement.
- Sédentarité : peut être corrigée par une activité physique régulière
- Hypertension artérielle : modifiable par un régime pauvre en sel et un traitement si nécessaire
- Stress et manque de sommeil : le mode de vie et notamment les activités pratiquées en soirée peuvent apporter des améliorations
- Syndrome d'apnée du sommeil : un appareillage nocturne peut être prescrit si besoin.

¹ 5,2 millions de personnes ont reçu des soins pour maladies cardio-neurovasculaires auxquels s'ajoutent 8,4 millions de personnes qui ont reçu un traitement chronique du risque vasculaire (hors maladie)

Le dépistage et le diagnostic

Les facteurs de risques peuvent être aisément identifiés par votre médecin par un échange sur les antécédents familiaux, le tabagisme, l'âge, l'anxiété, l'insomnie, les ronflements... et un examen clinique avec prise de pression artérielle, du poids et du tour de taille. Un bilan biologique va permettre de dépister le diabète et l'hypercholestérolémie. Il recherchera aussi certaines complications des maladies cardiovasculaires sur la fonction rénale (créatinémie) et la fonction cardiaque (BNP).

Pour dépister les maladies cardio-vasculaires des examens peuvent être prescrit en fonction des données cliniques recueillies par le médecin.

Le principal mécanisme d'altération des vaisseaux sanguins est celui de l'athérosclérose (dépôt d'une plaque, principalement constituée de lipides, sur les parois des artères), sous l'effet de différents facteurs de risque. Des examens peuvent être prescrits pour dépister cette athérosclérose et son importance. Une écho doppler des troncs supra aortiques sera réalisée pour déterminer le degré d'obstruction de ses plaques au niveau des carotides. De même, une écho doppler pourra être faite sur les membres inférieurs.

Le coroscaner ou bien la coronarographie, examen plus invasif, recherchent ces lésions au niveau des artères du cœur.

Une échographie cardiaque permet de visualiser l'effet de ces lésions sur la fonction cardiaque.

Une IRM cérébrale détecte d'anciens accidents vasculaires cérébraux passés inaperçus ou des lésions liées à une hypertension.

Les traitements

Réduction des risques par le comportement :

Nous pouvons agir sur les facteurs de risque modifiables avec une modification de notre mode de vie : arrêt du tabac, alimentation diversifiée, équilibrée en quantité raisonnable, activité physique quotidienne. Quand cela ne suffit pas votre médecin peut vous prescrire un traitement (contre le cholestérol, la tension, le diabète). Dans tous les cas votre médecin traitant est là pour vous accompagner et vous aider.

Traitements médicamenteux :

Lorsque la maladie est déjà présente, votre médecin vous prescrira si besoin des médicaments en fonction de vos problèmes : un hypolipémiant pour limiter l'apparition de l'athérosclérose, un antihypertenseur pour que votre tension soit constamment dans les normes, un fluidifiant comme l'aspirine pour permettre au sang de mieux circuler, un ralentisseur cardiaque (bétabloquant) pour que votre cœur ne se fatigue pas, un anti arythmique si votre cœur ne bat pas régulièrement.

Cardiologie interventionnelle :

Certaines pathologies peuvent être prises en charge par cardiologie interventionnelle. La coronarographie consiste à aller regarder directement à l'intérieur des artères qui alimentent le cœur. Si le cardiologue repère un rétrécissement ou une occlusion de l'artère il pourra la déboucher et poser un

stent. La même technique existe pour permettre une meilleure circulation au niveau des artères des membres inférieurs. En cas de rythme irrégulier un choc électrique externe peut être réalisé, ou alors le médecin peut détruire directement le lieu du cœur responsable de l'arythmie par la technique de radio fréquence.

Chirurgie cardiaque :

Lorsque plusieurs lésions sur les artères cardiaques sont découvertes, un pontage peut être réalisé pour permettre. Il consiste à contourner une artère coronaire rétrécie ou obstruée en implantant un autre vaisseau en aval de cette dernière. Cette technique peut être utilisée aussi au niveau des artères des membres inférieurs. Les rétrécissements au niveau des artères carotides irriguant le cerveau peuvent être opérés si le traitement médical ne suffit pas.

Sources :

- Maladies cardiovasculaires et accident vasculaire cérébral :
<https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/maladies-cardiovasculaires-et-accident-vasculaire-cerebral>
- Maladies cardiovasculaires :
<https://www.frm.org/recherches-maladies-cardiovasculaires>
- Maladies cardiovasculaires : [Maladies cardiovasculaires - Ministère de la Santé et de la Prévention \(solidarites-sante.gouv.fr\)](https://solidarites-sante.gouv.fr/maladies-cardiovasculaires)
- Rapport Charges et produits - Propositions de l'Assurance Maladie pour 2023 (juillet 2022) :
[2022-07 rapport-propositions-pour-2023 assurance-maladie 5.pdf \(ameli.fr\)](https://www.ameli.fr/rapport-propositions-pour-2023-assurance-maladie-5.pdf)

Rédaction

- Auteur : Docteur Claire Allais (Médecin généraliste)
- Equipe Offre Prévention de la Mutualité Française
- Date : Novembre 2022

PROTÉGÉ PAR LES SIENS



BPCE Mutuelle

Mutuelle soumise aux dispositions du livre II du code de la Mutualité immatriculée sous le n° SIREN 776 466 963
7, rue Léon Patoux – CS 51032 – 51686 Reims Cedex 2 – Tél.: 03 26 77 66 00 – Fax: 03 26 77 66 19 – www.bpcemutuelle.fr

