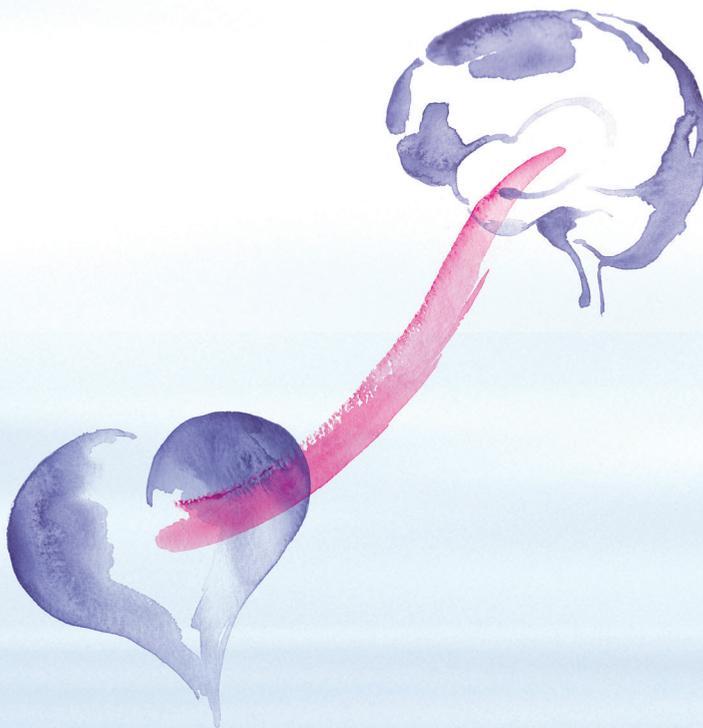




Diagnostic : fibrillation auriculaire

Comment peut-on prévenir un accident vasculaire cérébral ?



Chère lectrice, Cher lecteur

La fibrillation auriculaire est l'arythmie (trouble du rythme cardiaque) la plus fréquente chez l'adulte. En général, la fréquence de la fibrillation auriculaire augmente avec l'âge. Environ 4% des personnes de plus de 60 ans et environ 10% des personnes de plus de 85 ans souffrent de fibrillation auriculaire.

En Suisse environ 100 000 personnes présentent une fibrillation auriculaire. Qu'elle soit ou non accompagnée de symptômes, la fibrillation auriculaire peut entraîner des complications. Une des complications graves de la fibrillation auriculaire est l'accident vasculaire cérébral (AVC). Il existe aujourd'hui des mesures et moyens adéquats pour réduire le risque d'AVC.

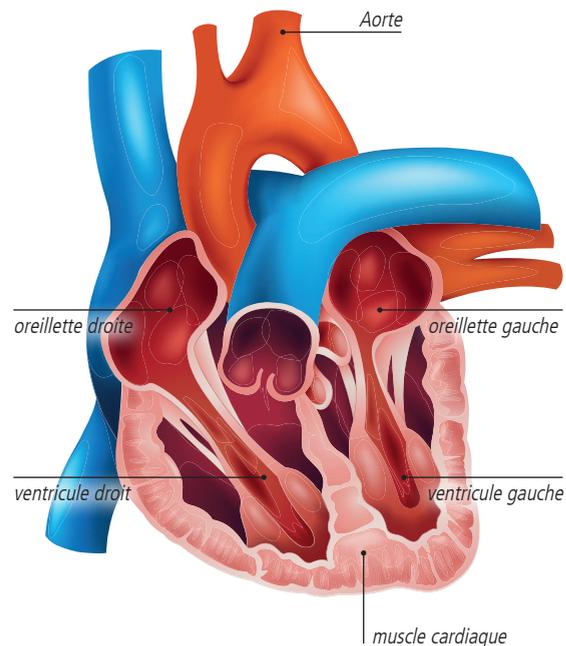
Cette brochure vous donne un bref aperçu de la fibrillation auriculaire. Elle ne substitue pourtant dans aucun cas un entretien personnel avec votre médecin !*

*Pour des raisons de lisibilité, la forme masculine est systématiquement employée, la forme féminine étant sous-entendue.

La fibrillation auriculaire en chiffres

- Sont concernés en Europe :
6 millions de personnes
- Risque d'accident vasculaire cérébral :
5 fois plus élevé que dans la population générale
- Risque d'insuffisance cardiaque :
3 fois plus élevé
- Risque de mourir plus tôt :
2 fois plus élevé

Le cœur



Le cœur est le moteur de l'organisme. Il est constitué de quatre compartiments : deux oreillettes et deux ventricules. Les oreillettes se contractent ensemble en même temps, afin de faire passer le sang dans les ventricules. Ceux-ci vont ensuite également se contracter afin d'envoyer le sang dans tous les vaisseaux sanguins du corps. Ainsi, notre corps est approvisionné en oxygène et nutriments (substances nutritives).

Des impulsions électriques commandées par le nœud sinusal traversent le cœur à intervalles réguliers. Elles assurent ainsi la contraction régulière du muscle cardiaque et le cœur bat à son rythme naturel.



ECG au repos d'une personne en bonne santé. (Photo : PD Dr. Jan Steffel)

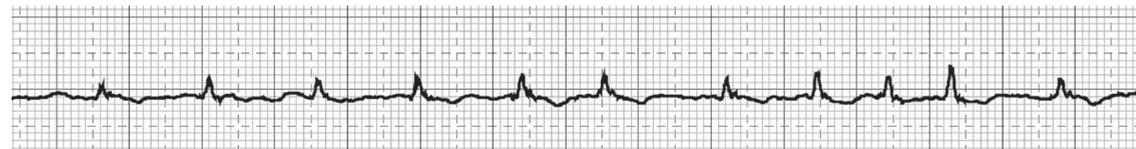
Fibrillation auriculaire – le cœur perd son rythme

En temps normal les battements du cœur sont réguliers. En cas de fibrillation auriculaire, les impulsions électriques traversent les oreillettes et les ventricules de façon désordonnée. Les battements du cœur sont alors irréguliers. Ce défaut peut se manifester par des arythmies ou une accélération du rythme cardiaque.

Les symptômes les plus fréquents sont :

- Accélération du rythme cardiaque
- Capacité d'effort limitée
- Sensation d'oppression au niveau de la poitrine
- Etats d'anxiété
- Sudation
- Difficultés respiratoires
- Vertiges

Dans 30% des cas, la fibrillation auriculaire ne cause absolument aucun symptôme. Pourtant, même dans un tel cas, des complications graves peuvent apparaître. L'accident vasculaire cérébral est notamment la complication la plus grave de la fibrillation auriculaire.



ECG d'un patient présentant une fibrillation auriculaire. Dans ce cas, seul un pouls irrégulier est enregistré. (Photo : PD Dr. Jan Steffel)

Causes et facteurs favorisant le développement de la fibrillation auriculaire

Divers facteurs de risque peuvent déclencher ou favoriser le développement d'une fibrillation auriculaire.

Les facteurs les plus fréquents sont :

- Vieillesse
- Affection des valves cardiaques
- Insuffisance cardiaque
- Trouble du fonctionnement de la thyroïde
- Trouble de la fonction rénale
- Obésité
- Hypertension

La fibrillation auriculaire peut aussi se manifester même en l'absence de tout facteur de risque. Pour traiter la fibrillation auriculaire et faire en sorte que le cœur batte de nouveau normalement, on a fréquemment recours à l'administration de médicaments ou à une intervention chirurgicale.

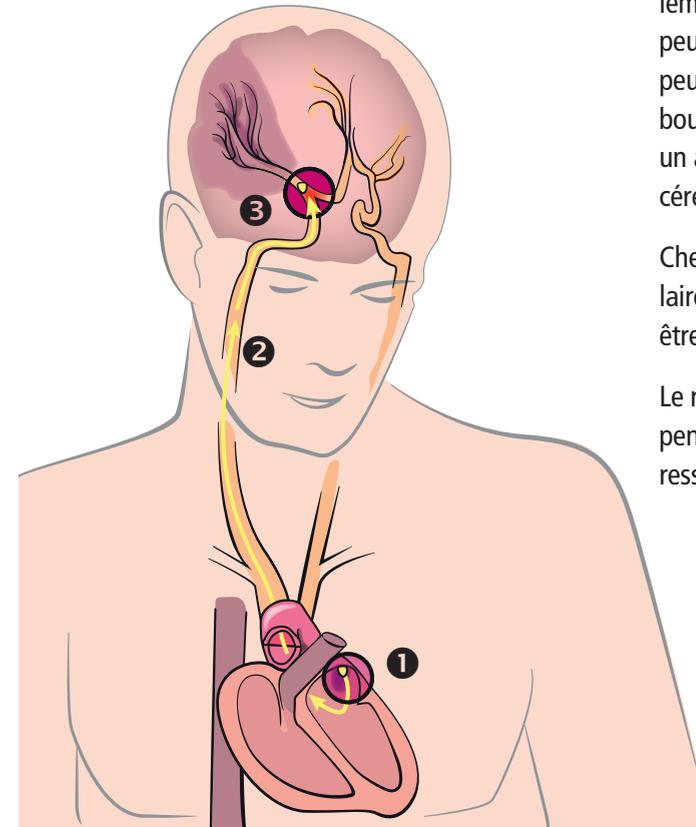


Quel est le lien entre fibrillation auriculaire et accident vasculaire cérébral ?

Dans le cas de la fibrillation auriculaire, le sang n'est pas pompé intégralement des oreillettes vers les ventricules. En raison de la faible vitesse d'écoulement du sang, un caillot, appelé « thrombus », peut se former dans l'oreillette gauche. Ce caillot peut passer du cœur dans la circulation sanguine, boucher un vaisseau du cerveau et causer ainsi un accident vasculaire cérébral (ou une attaque cérébrale).

Chez une personne souffrant de fibrillation auriculaire, le risque d'accident vasculaire cérébral peut être multiplié par cinq.

Le risque d'accident vasculaire cérébral est indépendant du fait que la fibrillation auriculaire soit ressentie ou non (symptômes) !



❶ **Thrombus (caillot sanguin)**

Lors de fibrillation auriculaire, un thrombus peut se former dans le cœur, passer dans la circulation sanguine et ainsi être transporté vers le cerveau où il est susceptible de boucher un vaisseau.

❷ Le thrombus est transporté du cœur en direction du cerveau.

❸ **Accident vasculaire cérébral**

Une fois arrivé au cerveau, le thrombus peut boucher un vaisseau du cerveau et causer ainsi un accident vasculaire cérébral.

Les facteurs de risque d'accident vasculaire cérébral



En cas de fibrillation auriculaire, le risque de subir un accident vasculaire cérébral n'est pas le même pour tout le monde. On ne peut pas influencer la prédisposition familiale, ni l'âge ou le sexe.

Or, il existe certains facteurs susceptibles d'augmenter le risque d'accident vasculaire cérébral qu'il est possible de contrôler et d'influencer tels que :

- Surpoids
- Alimentation
- Diabète
- Tabagisme
- Hypertension
- Taux de cholestérol élevé

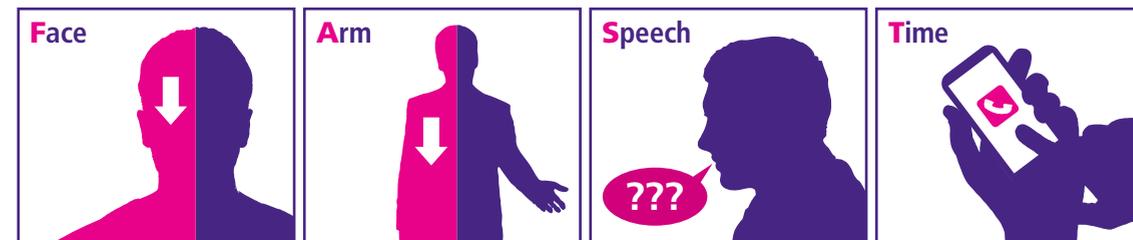
Comment puis-je reconnaître un accident vasculaire cérébral ? Comment agir dans un tel cas ?

Environ 16 000 personnes subissent chaque année en Suisse un accident vasculaire cérébral. Lors d'un accident vasculaire cérébral, un vaisseau du cerveau est partiellement ou entièrement bouché, ce qui entraîne un arrêt de la circulation sanguine dans la partie du cerveau concernée. Les zones du cerveau situées derrière la partie affectée ne sont plus suffisamment approvisionnées en oxygène ou en nutriments, ce qui fait que des fonctions importantes du cerveau ne peuvent plus être assurées.

Soyez attentif aux symptômes et signes d'alerte

FAST : Face-Arm-Speech-Time. Une brusque apparition d'une paralysie d'une moitié du **visage** et/ou au niveau d'un **bras** et les **troubles du langage** sont les symptômes les plus fréquents d'un accident vasculaire cérébral. En outre, des vertiges, l'incapacité de marcher, les troubles de la vue ou encore des maux de tête inhabituels ou très violents peuvent être des signes d'un accident vasculaire cérébral.

Reconnaître les signes d'alerte avec l'acronyme **FAST**



Un accident vasculaire cérébral est une urgence médicale aiguë. Les personnes subissant un accident vasculaire cérébral doivent être transférées **immédiatement** et par ambulance à un centre spécialisé appelé « Stroke Unit ».

Nous savons aujourd'hui que le facteur du temps est en effet essentiel pour le traitement des patients concernés. Si leur traitement peut être initié dans les premiers 90 minutes après apparition des premiers symptômes, il sera deux fois plus efficace que s'il est instauré au cours des 90 minutes suivantes.

Comment puis-je réduire mon risque d'accident vasculaire cérébral ?

En cas de fibrillation auriculaire, une bonne prévention des accidents vasculaires cérébraux est prioritaire. Pour réduire le risque d'accident vasculaire, la formation de caillots (thrombus) dans le cœur doit être empêchée. On utilise pour cela des anticoagulants. Il existe différents anticoagulants disponibles. Votre médecin traitant vous informera des bénéfices et des risques d'une thérapie par anticoagulants ainsi que des avantages et inconvénients des différents médicaments disponibles.

Un mode de vie sain fait cependant aussi partie de la prévention et du traitement de la fibrillation auriculaire. Par exemple :

- Réduire le surpoids
- Avoir une activité physique régulière
- Normaliser la tension artérielle
- Traiter de manière optimale un éventuel diabète
- Limiter la consommation d'alcool et de tabac



La prévention d'accident vasculaire cérébral lors de fibrillation auriculaire : quels sont les traitements disponibles ?

Depuis plus que 60 ans, on utilise des médicaments anticoagulants pour la prévention des accidents vasculaires cérébraux. Il existe aujourd'hui deux classes principales de médicaments à cette fin :

- Les antagonistes de la vitamine K utilisés depuis les années 50
- Les nouveaux anticoagulants oraux (NACO), étant à disposition depuis quelques années

Discutez avec votre médecin de l'option thérapeutique la plus appropriée dans votre cas.

Années 50

Antagonistes de la vitamine K

NACO depuis 2012

Inhibiteurs directs du facteur Xa

Inhibiteurs directs de la thrombine

Avez-vous d'autres questions ?

Cette brochure ne peut que donner un bref aperçu au sujet de la fibrillation auriculaire. Elle ne substitue dans aucun cas l'entretien personnel avec votre médecin.

Si vous avez encore des questions, n'hésitez pas à vous adresser directement à votre médecin.



Tampon du cabinet médical