



Brochure d'information  
**Maladie coronarienne**

## Qu'est-ce que la maladie coronarienne ?

La **maladie coronarienne (MC)** est une affection chronique dans laquelle les artères coronaires - les vaisseaux qui alimentent le coeur en sang et en oxygène - se rétrécissent ou se bouchent. Cela est généralement causé par une athérosclérose (dépôts de cholestérol sur la paroi des artères).

**Résultat :** le muscle cardiaque ne reçoit pas assez d'oxygène, surtout lors d'efforts physiques. Cela peut provoquer des douleurs thoraciques (angine de poitrine), voir un infarctus du myocarde.



Maladie coronarienne



## Symptômes typiques

- » Douleur ou oppression dans la poitrine à l'effort
- » Irradiation dans le bras gauche, la mâchoire, le dos ou le cou
- » Essoufflement
- » Palpitations
- » Sueurs froides, anxiété
- » Nausées, faiblesse (parfois seuls symptômes chez les femmes)

**Attention : un infarctus peut survenir sans douleur, notamment chez les personnes âgées ou diabétiques.**



## Facteurs de risque

- » Tabac
- » Hypertension artérielle
- » Excès de cholestérol (LDL élevé)
- » Diabète
- » Surpoids (surtout abdominal)
- » Sédentarité
- » Stress
- » Antécédents familiaux
- » Âge avancé
- » Sexe masculin



## Comment diagnostique-t-on la MC ?

- » Anamnèse et examen clinique
- » ECG (au repos et à l'effort)
- » ECG sur 24 h (Holter)
- » Échographie cardiaque
- » Test d'effort ou échocardiographie de stress
- » Scintigraphie myocardique ou scanner cardiaque
- » Coronarographie (examen de référence)



## Traitement de la maladie

### 1. Médicaments

### 2. Interventions possibles

- » Angioplastie avec ballon
- » Pose de stent
- » Pontage coronarien (chirurgie à cœur ouvert)



## Ce que vous pouvez faire

- » Arrêter de fumer
- » Maintenir un poids sain
- » Alimentation saine (type méditerranéen, pauvre en graisses animales)
- » Activité physique régulière
- » Suivi des taux de cholestérol, glycémie et tension
- » Réduction du stress (relaxation, sommeil, équilibre)
- » Respect strict du traitement



## À retenir

- » La maladie coronarienne est chronique mais traitable
- » Un mode de vie sain est aussi important que les médicaments
- » Le suivi médical régulier est indispensable
- » La réadaptation cardiaque améliore la qualité de vie



## Quand appeler les urgences (112)

- » Douleur thoracique soudaine et intense (durée > 5 min)
- » Oppression thoracique même au repos
- » Essoufflement, faiblesse, anxiété
- » Sueurs, nausées, pâleur



120, avenue Lucien Salentyng  
L-9002 Ettelbruck

☎ (+352) 8166-1

10, rue G.-D. Charlotte  
L-9515 Wiltz

☎ (+352) 8166-9