

## MALADIE CORONARIENNE – QUE FAIRE EN CAS D'URGENCE ?



Foto: © Bobo / Fotolia

### CHÈRE PATIENTE, CHER PATIENT,

vous souffrez d'une *maladie coronarienne chronique*. Une maladie coronarienne peut avoir des conséquences potentiellement dangereuses, par exemple une crise cardiaque.

Il n'est pas toujours facile de distinguer une dégradation passagère d'une situation d'urgence. La transition est souvent rapide. La présente information vous apprendra à reconnaître une urgence et à agir au mieux. Nous avons aussi quelques conseils pour vos proches.

#### Que faire en cas d'urgence

En cas d'urgence, appelez immédiatement à l'aide ! Composez le **112** et indiquez :

- Qui appelle ?
- Que s'est-il passé ? (par exemple : présomption d'infarctus du myocarde)
- Qu'avez-vous fait jusqu'à maintenant pour réduire les symptômes ? (par exemple : spray de trinitrine)

Jusqu'à ce que les secours arrivent :

- Essayez de rester calme.
- Prenez votre médicament d'urgence.
- Enlevez les vêtements serrés.
- Si vous êtes seul(e) chez vous, ouvrez la porte de l'appartement ou de la maison.

Vous trouverez des informations de fond sur cette maladie dans la fiche d'information « Maladie coronarienne – Quand les artères coronaires rétrécissent » et dans le guide du patient « Maladie coronarienne chronique » : voir encadré au dos.

### LES SIGNES D'UNE URGENCE

Les signes qui indiquent une urgence sont :

- fortes douleurs derrière le sternum irradiant dans le cou, la gorge, la mâchoire, les omoplates, les bras ou le haut de l'abdomen
- fort sentiment d'oppression, pression violente dans le thorax
- dyspnée plus importante, détresse respiratoire
- nausée, vomissements
- suées avec sueurs froides
- peur de mourir
- teint bleu-gris
- symptômes dont la durée dépasse quelques minutes
- symptômes apparaissant au repos
- symptômes persistants alors que vous avez interrompu l'effort physique (par exemple monter les escaliers)
- symptômes persistants alors que vous avez pris votre médicament d'urgence (par exemple spray de trinitrine)

Une urgence cardiaque peut aussi se présenter avec des signes moins typiques. Certaines personnes ont des symptômes abdominaux avec des nausées ou des vomissements, notamment les femmes. Toutefois, presque toutes les personnes concernées rapportent qu'elles se sont « senties mal très subitement ».

Il n'est pas toujours facile de distinguer une dégradation passagère d'une situation d'urgence. La transition est souvent rapide. Si vous n'êtes pas sûr qu'il s'agisse d'une urgence, demandez conseil rapidement à un spécialiste tel que votre médecin traitant ou le service médical de garde. En Allemagne, le numéro d'appel est le **116 117**.

Si vous pensez que c'est une urgence, appelez le service d'aide médicale d'urgence (médecin urgentiste).

## ► Comportement en cas d'urgence

### ► QUE POUVEZ-VOUS FAIRE AU PRÉALABLE ?

Une urgence survient souvent de manière imprévue et soudaine. C'est pourquoi il est important d'être bien préparé.

- Les spécialistes recommandent d'avoir toujours votre médicament d'urgence avec vous (par exemple trinitrine en spray, gouttes ou comprimé).
- Vous pouvez demander à votre médecin de vous montrer exactement comment utiliser le médicament d'urgence.
- Il est important de toujours se réapprovisionner à temps en médicaments.
- Il est utile d'informer vos proches et vos collègues qu'une situation d'urgence peut survenir en raison de votre maladie. Indiquez-leur ce qu'il faut faire dans ce cas. Recommandez à votre partenaire de suivre un cours de secourisme.
- Placez une fiche dans votre portefeuille sur laquelle vous indiquez que vous avez une maladie coronarienne et tous les médicaments que vous prenez. Notez aussi les numéros de téléphone de vos proches et de votre médecin traitant.

### ► QUE PEUVENT FAIRE VOS PROCHES ?

Lorsqu'une personne fait un arrêt cardiaque et perd connaissance, chaque minute compte. Vous pouvez aider jusqu'à l'arrivée des secours :

- Appelez le **112** ou demandez à quelqu'un de s'en charger.

### ► POUR PLUS D'INFORMATION

Cette information aux patients repose sur le **guide du patient « Maladie coronarienne chronique »** : [www.patienten-information.de/patientenleitlinien/khk](http://www.patienten-information.de/patientenleitlinien/khk)

Le guide du patient a été élaboré dans le cadre du programme de développement national des guides médicaux. Les autorités responsables de ce programme sont l'ordre fédéral des médecins (Bundesärztekammer), l'association fédérale des médecins conventionnés (Kassenärztliche Bundesvereinigung) et l'association des sociétés scientifiques médicales (Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften).

Autre information « Maladie coronarienne – Quand les artères coronaires rétrécissent » : [www.patienten-information.de](http://www.patienten-information.de)

Méthodologie et sources : [www.patienten-information.de/kurzinformationen/koronare-herzkrankheit-notfall#methodik](http://www.patienten-information.de/kurzinformationen/koronare-herzkrankheit-notfall#methodik)

#### Entraide

Pour trouver une organisation d'entraide près de chez vous, informez-vous auprès de NAKOS (agence nationale d'information et de contact pour le soutien des groupes d'entraide) : [www.nakos.de](http://www.nakos.de), Tel.: 030 3101 8960

Responsable du contenu :

Service central pour la garantie de la qualité médicale (ÄZQ)

Par ordre de : association fédérale des médecins conventionnés (KBV) et ordre fédéral des médecins (BÄK)

Téléfax: 030 4005-2555

E-Mail: [patienteninformation@azq.de](mailto:patienteninformation@azq.de)

[www.patienten-information.de](http://www.patienten-information.de)

[www.azq.de](http://www.azq.de)



- Commencez immédiatement le massage cardiaque :

- La personne malade est allongée sur le dos.
- Vous vous agenouillez à côté d'elle à hauteur de la poitrine.
- Placez la paume d'une main au milieu de la cage thoracique.
- Placez l'autre main par-dessus.
- Bras tendus, appuyez vigoureusement sur la cage thoracique en l'enfonçant sur 5 à 6 centimètres.
- Un rythme rapide est nécessaire : env. 2 compressions par seconde.
- C'est très fatigant. Si possible, relayez-vous avec une autre personne au bout de quelques minutes.
- Effectuez le massage cardiaque jusqu'à ce que les secours arrivent ou que la personne reprenne connaissance.
- En procédant ainsi, vous faites exactement ce qu'il faut. N'hésitez pas par peur de mal faire. Quelqu'un d'inexpérimenté n'a pas besoin de faire du bouche-à-bouche à une personne inconsciente. Même sans insufflation, votre aide est précieuse.



Grafik: Patrick Rebacz / www.visionom.de

- Dans les lieux publics, un défibrillateur est souvent disponible, par exemple dans les gares et les halls d'entrée. Ce symbole vous permet de reconnaître l'appareil : Si possible, utilisez-le. L'appareil parle avec vous et vous dit étape par étape ce qu'il faut faire. Ne pas l'utiliser serait inapproprié.



© fotohansel / Fotolia

Remis gracieusement par