

Sommaire

Préambule.....	9
1. Qu'est-ce que l'insuffisance cardiaque ?.....	11
2. L'insuffisance cardiaque est-elle une maladie homogène ?	12
3. Quelles en sont les causes ?.....	13
4. Quels sont les principaux symptômes de l'insuffisance cardiaque ?	15
5. Quels sont les principaux symptômes qui doivent m'amener à consulter en urgence ?.....	17
6. Qu'est-ce que la fraction d'éjection ?	19
7. Pourquoi distinguer différents types d'insuffisance cardiaque selon la fraction d'éjection ?.....	20
8. Pourquoi la fraction d'éjection est-elle importante pour un patient donné ?	21
9. L'insuffisance cardiaque est-elle fréquente ?.....	22
10. L'insuffisance cardiaque ne touche-t-elle que les personnes âgées ?	23
11. L'insuffisance cardiaque est-elle aussi fréquente partout ?	24
12. L'insuffisance cardiaque va-t-elle devenir moins fréquente ?	25
13. Quelle est la différence entre l'insuffisance cardiaque aiguë et chronique ?.....	26
14. Pourquoi l'insuffisance cardiaque survient-elle chez moi ?	27
15. Quelles sont les conséquences sur d'autres organes que le cœur ?	28
16. Pourquoi parle-t-on de cercle vicieux ?.....	29
17. Quels sont les systèmes de l'organisme impliqués et qui tentent de contrer l'insuffisance cardiaque ?.....	30
18. Quelles sont les principales causes d'insuffisance cardiaque à fraction d'éjection abaissée ?	31
19. Quelles sont les principales causes d'insuffisance cardiaque à fraction d'éjection préservée ?	32
20. Pourquoi recommande-t-on parfois le régime sans sel ?	33
21. Les condiments, épices, etc. sont-ils autorisés ? Et les sels de régime ? .	34
22. L'insuffisance cardiaque est-elle associée à d'autres maladies ?	35
23. L'insuffisance cardiaque est-elle associée à d'autres comorbidités ?	36
24. Le rôle du diabète dans l'insuffisance cardiaque	37
25. Le rôle de l'hypertension dans l'insuffisance cardiaque.....	38

26.	Quel est l'impact de l'activité physique / de la sédentarité dans l'insuffisance cardiaque ?	39
27.	Qu'est-ce que la réadaptation cardiaque ?	41
28.	La rééducation cardiaque n'est-elle qu'un programme d'exercices ?	42
29.	La réadaptation cardiaque est-elle possible chez les gens les plus malades ?	43
30.	Peut-on avoir une activité physique voire sportive quand on est insuffisant cardiaque ?	44
31.	Faut-il s'« économiser » lorsque l'on est insuffisant cardiaque ?	46
32.	Pourquoi peut-il y avoir un retentissement sur l'activité sexuelle en cas d'insuffisance cardiaque ?	47
33.	L'activité sexuelle est-elle possible lorsque l'on est insuffisant cardiaque ?	48
34.	La grossesse est-elle possible lorsque l'on est insuffisant cardiaque ?	49
35.	Les cures thermales sont-elles possibles lorsque l'on est insuffisant cardiaque ?	50
36.	Qu'appelle-t-on l'observance ?	51
37.	Quelle est l'observance dans l'insuffisance cardiaque ?	52
38.	Le régime sans sel est-il vraiment important ?	53
39.	Puis-je faire des excès lorsque je suis insuffisant cardiaque ?	54
40.	Si je me passe de sel à table, est-ce suffisant ?	55
41.	Faut-il limiter les boissons en volume ?	56
42.	Faut-il limiter les boissons en qualité ?	57
43.	Faut-il prendre des précautions particulières comme des vaccins, limiter l'exposition au froid l'hiver ou au chaud l'été ?	58
44.	Faut-il faire aussi un régime hypocalorique ?	59
45.	Puis-je boire de l'alcool ?	60
46.	Est-ce utile de surveiller le poids ?	61
47.	Pourquoi me demande-t-on des prises de sang ?	62
48.	Qu'est-ce que le BNP, le NT-proBNP et les peptides natriurétiques ?	63
49.	Existe-t-il d'autres systèmes de surveillance ?	64
50.	Puis-je être acteur de ma surveillance et non pas seulement patient ? ...	65
51.	Pourquoi bien prendre les traitements ?	66
52.	Qu'est-ce que la décompensation cardiaque ?	67
53.	Quels sont les principaux signes de décompensation cardiaque ?	68
54.	Quels sont les principaux traitements de l'insuffisance cardiaque aiguë ?	69
55.	Pourquoi me propose-t-on l'hospitalisation ?	70

56.	Qu'est-ce que l'hospitalisation à domicile ?.....	71
57.	L'insuffisance cardiaque est-elle une maladie chronique ?	72
58.	Quand dois-je informer que je suis insuffisant cardiaque ?	73
59.	Pourquoi et comment mon médecin décide-t-il des médicaments qui sont bons pour moi ?	74
60.	Que faire si j'oublie un médicament ?.....	76
61.	Que faire si je rencontre des difficultés avec un traitement comme des effets secondaires par exemple ?	77
62.	Puis-je adapter tout seul certains traitements ?	79
63.	Qu'est-ce que le télésoin ?	81
64.	Pourquoi me propose-t-on parfois le télésoin ?.....	82
65.	Quelles précautions quand je pars en vacances ? En voyage ? Et l'avion ?	84
66.	Puis-je prendre les médicaments que mes proches me recommandent ?	85
67.	Que faire en cas de jeûne ?.....	86
68.	Que faire en cas de déshydratation ?.....	88
69.	Peut-il y avoir des effets secondaires des traitements prescrits dans l'insuffisance cardiaque ?	89
70.	Comment adapter le traitement en cas de vie active ?	90
71.	Quel est le traitement recommandé pour les patients insuffisants cardiaques ?.....	91
72.	Est-ce le même traitement pour tous les patients ?.....	92
73.	Le traitement peut-il changer au cours de la maladie pour un même patient ?.....	93
74.	Quelle est la place des IEC (inhibiteurs de l'enzyme de conversion de l'angiotensine) ?	94
75.	Quels sont les précautions avec les IEC (inhibiteurs de l'enzyme de conversion) et les effets secondaires non rares ?	95
76.	Quelle est la place des bêta-bloquants ?	96
77.	Quels sont les précautions et les effets secondaires non rares des bêta-bloquants ?	97
78.	Quelle est la place de la spironolactone ou de l'éplérénone ?	98
79.	Quelle est la place des diurétiques ?.....	99
80.	Quels sont les précautions et les effets secondaires non rares des diurétiques ?.....	100
81.	Quelle est la place de l'ivabradine dans le traitement de l'insuffisance cardiaque ?	101

82.	Quelle est la place des digitaliques dans le traitement de l'insuffisance cardiaque ?	102
83.	Y a-t-il d'autres médicaments utiles dans l'insuffisance cardiaque ?	103
84.	Qu'est-ce qu'un pacemaker ou un défibrillateur ?	105
85.	Pourquoi un pacemaker en cas d'insuffisance cardiaque ?	106
86.	Pourquoi un défibrillateur en cas d'insuffisance cardiaque ?	107
87.	Quelles sont les précautions à prendre en cas d'utilisation d'un pacemaker ou d'un défibrillateur ?	108
88.	Pourquoi penser à l'apnée du sommeil chez les patients insuffisants cardiaques ?	109
89.	Pourquoi prendre en charge l'apnée du sommeil ?	110
90.	Quelle est la place de la greffe cardiaque dans le traitement de l'insuffisance cardiaque ?	111
91.	Quels sont les contraintes et les avantages de la greffe cardiaque ?	112
92.	Quelle est la place de l'assistance mécanique dans le traitement de l'insuffisance cardiaque ?	113
93.	Quels sont les contraintes et les avantages de l'assistance mécanique ?	115
94.	Et le cœur artificiel ?	116
95.	Quelles sont les principales pistes de recherche actuelles dans le domaine de l'insuffisance cardiaque ?	117
96.	Existe-t-il des associations de patients ?	119
97.	Les nouvelles technologies peuvent-elles m'aider ?	120
98.	Où puis-je trouver des informations complémentaires en dehors d'internet ?	121
99.	Où puis-je trouver des informations complémentaires sur internet ?	122
100.	Quels sont les professionnels de santé qui peuvent m'aider ?	123
	Conclusion : pourquoi être optimiste ?	125