



Gardez le rythme

Profiter de chaque jour, même lorsque l'on souffre d'une insuffisance cardiaque ? Tout comme 230 000 Belges, vous pouvez le faire aussi. Écoutez votre corps et apprenez à reconnaître les symptômes.

Qu'est-ce que l'insuffisance cardiaque ?

L'insuffisance cardiaque est un état qui marque un dysfonctionnement du cœur. Le pompage se fait trop lentement, ce qui fait que le cœur a plus de mal à pomper le sang.

Check list des symptômes – Reconnaissez les 11 symptômes

Si vous apprenez à (re)connaître tous les symptômes, vous remarquerez plus rapidement quand quelque chose ne va pas. Écoutez-vous. Sur une échelle de 0 à 3, indiquez quel effet les symptômes suivants ont eu sur vous au cours des deux dernières semaines.



Essoufflement



Pas d'effet

Un peu



Moyen

Beaucoup



Essoufflement en position couchée



Pas d'effet

Un peu



Moyen

Beaucoup



Fatigue



Pas d'effet

Un peu



Moyen

Beaucoup



Chevilles, jambes ou abdomen enflés



Pas d'effet

Un peu



Moyen

Beaucoup



Rythme cardiaque rapide



Pas d'effet

Un peu



Moyen

Beaucoup



Pouvez-vous facilement monter les escaliers ?



Sans problème

Un arrêt à faire



Besoin de plusieurs arrêts pour respirer

Je ne peux plus



Pouvez-vous facilement faire les courses VOUS-MÊME ?



Sans problème

Si vraiment nécessaire



J'ai besoin d'aide

Je ne peux plus faire les courses moi-même



Prise de poids soudaine

Avez-vous remarqué une prise de poids de plus de 2 kg au cours de la dernière semaine ?



Oui



Non



Fréquence aux toilettes

Devez-vous uriner plus souvent ?



Oui



Non



Humeur

Votre insuffisance cardiaque chronique affecte-t-elle votre humeur ?



Oui



Non



Mode de vie

Est-ce que votre insuffisance cardiaque vous empêche de faire des activités que vous avez l'habitude de faire ?



Oui



Non

Avez-vous répondu « Oui » à plusieurs reprises ?
Parlez-en alors à votre médecin ou cardiologue.



En savoir plus sur l'insuffisance cardiaque, ses causes et symptômes ?

Rendez-vous sur moncoeurbat.be ou posez toutes vos questions à votre médecin.

Ce document a été élaboré par Novartis en collaboration avec des associations de patients et des médecins spécialisés. Il tient compte des recommandations des associations médicales. Ce document est élaboré pour un usage personnel et Novartis ne recueille aucune information personnelle liée à son utilisation. Novartis n'est pas responsable des réclamations, coûts, pertes, responsabilités ou dommages de quelque nature que ce soit, qu'ils soient directs, indirects, spéciaux, consécutifs ou autres, résultant de l'utilisation de ce document ou en relation avec celui-ci. Ce document est conçu uniquement pour le suivi des symptômes de l'insuffisance cardiaque chronique. Ce document n'est pas destiné à diagnostiquer une insuffisance cardiaque ou à remplacer un avis médical.

Referentie: Ponikowski P et al. 2016 ESC Guidelines for the diagnosis and treatment of acute and chronic heart failure. European Heart Journal (2016) 37, 2129-2200. Digital Object Identifier: <http://dx.doi.org/10.1093/eurheartj/ehw128>
ehw128. First published online: 20 May 2016.
Verantwoordelijke uitgever: Novartis Pharma NV-SA, Medialaan 40, B-1800 Vilvoorde
BE2205309146 - 30/05/2022