
COMMUNIQUE DE PRESSE

Femmes : les coups au cœur

En ce 8 mars 2011, journée où les femmes sont particulièrement mises à l'honneur, la Fondation Cœur et Artères met l'accent sur leur santé. Aujourd'hui, les femmes négligent leur cœur et cela peut leur être fatal: les maladies cardiovasculaires sont la 1^{ère} cause de mortalité féminine devant le cancer¹! Pour quelles raisons sont-elles plus touchées que les hommes ? Pour elles, l'infarctus a des symptômes bien atypiques, qui ne semblent pas graves, uniquement au premier abord...

Bien nombreuses sont les femmes qui se battent et travaillent sur tous les fronts : au bureau, à la maison, en association, etc. Elles mettent du cœur à l'ouvrage et se donnent pleinement pour leur couple, leurs enfants, leur entourage. Mais, pensent-elles à elles ?

Les chiffres sont flagrants : non, les femmes n'écoutent pas assez leur cœur. La mortalité cardiovasculaire féminine n'a cessé d'augmenter en France sur ces 10 dernières années². Cause principale de décès chez les femmes de plus de 65 ans, l'infarctus du myocarde (crise cardiaque) est actuellement en augmentation réelle chez les femmes jeunes.³ A ces constats, des raisons : les femmes des années 2010 associent une vie moderne, plutôt stressante, à une consommation de tabac et d'alcool plus élevée et à une alimentation excessive...

Cependant, ces facteurs de risques ne les différencient pas tant des hommes. Pendant longtemps, les maladies du cœur, en particulier l'infarctus, ont été considérées comme étant des « maladies d'hommes ». Et pourtant. Les infarctus du myocarde sont souvent plus fatals, car aujourd'hui davantage de femmes décèdent avant même leur arrivée à l'hôpital. Pourquoi ?

Essentiellement parce-que les symptômes d'un infarctus du myocarde peuvent parfois être différents de ceux observés chez un homme, et parce qu'elles ne le savent pas assez. Plus souvent chez les femmes que chez les hommes un infarctus peut survenir sans grande douleur et ne pas se présenter sous la forme connue d'une grande pression / douleur dans la cage thoracique.

Plus que les hommes, les femmes risquent de présenter des symptômes atypiques d'infarctus comme :⁴

- Des douleurs dans le cou, les épaules, le haut du dos, et un inconfort abdominal,
- Des essoufflements,
- Des nausées et vomissements,
- Une transpiration élevée,
- Des vertiges et étourdissements,
- Ou encore, une fatigue inexplicable

¹ Bulletin épidémiologique hebdomadaire – Institut de Veille Sanitaire. Numéro thématique : Surveillance épidémiologique des causes de décès en France. 18 sept. 2007. N°35-36. Tableau 2, p. 310.

² Bulletin épidémiologique hebdomadaire – Institut de Veille Sanitaire. Numéro thématique : Surveillance épidémiologique des causes de décès en France. 18 sept. 2007. N°35-36.

³ Doughty M, Mehta R, Bruckman D et al. Acute myocardial infarction in the young: The University of Michigan experience. Am Heart J, 2002; 143: 56-62.

⁴ Effectiveness-Based Guidelines for the prevention of cardiovascular disease in women 2011 update: a guideline from the American Heart Association. Circulation, 2011;123:00-00. Published on line Feb 16, 2011. Circulation March 22, 2011.

Ces symptômes, bien loin de nous alerter, peuvent cependant bel et bien être les signaux d'alarme d'un infarctus ! Or, si les secours sont appelés avec du retard, cela entraîne des dégâts cardiaques importants et un pronostic souvent bien sombre. A nous d'apprendre à reconnaître ces symptômes afin d'intervenir le plus rapidement possible s'ils se manifestent. Chaque minute compte !

« S'ils apparaissent plus souvent chez les femmes que chez les hommes, c'est peut-être parce qu'il est plus fréquent que ce soient les petits vaisseaux qui se bouchent chez les femmes, et non uniquement les grosses artères coronaires », explique le Pr. Duriez, conseiller scientifique de la Fondation Cœur et Artères. Mais les conséquences sont les mêmes : non alimentée, une partie du muscle cardiaque va dégénérer. Le traitement doit alors être réalisé au plus vite par les urgentistes, qui vont dissoudre le caillot de sang (la thrombose) en urgence, au niveau de l'artère bouchée.

Selon le Pr. Duriez : *« Si vous ressentez ces symptômes de manière anormale, appelez ou faites appeler immédiatement les secours (SAMU : 15) et ne prenez pas votre véhicule personnel pour vous rendre aux urgences. ».*

Mais avant d'en arriver là, il est possible de prévenir l'infarctus, en réduisant au maximum les facteurs de risques cardiovasculaires dans notre quotidien. Il s'agit d'adopter une hygiène de vie saine en mangeant fruits et légumes, en limitant la consommation de graisses animales, mais aussi de sel et d'alcool. Sans pour autant bannir tout petit plaisir, il nous suffit de manger en quantité raisonnable. De même, nous ne le dirons jamais assez : la clé se trouve également dans la pratique régulière d'une activité physique ! Et enfin, le tabac, loin d'être anodin sur notre cœur, doit être proscrit.

À propos de la Fondation Cœur et Artères

Reconnue d'utilité publique, la Fondation Cœur et Artères soutient la recherche et la prévention des maladies cardiovasculaires et leurs facteurs de risque (diabète, obésité, excès de cholestérol et hypertension artérielle...).

Aujourd'hui, la Fondation finance de nombreuses recherches qui ont pour but d'aboutir à de nouveaux traitements thérapeutiques permettant de sauver des vies. Sa mission consiste également à informer, prévenir et donner les clés qui permettent à chacun de mieux se protéger contre les maladies cardiovasculaires.

Reconnue d'utilité publique, la Fondation Cœur et Artères fait appel aux partenariats avec les entreprises, au mécénat, ainsi qu'aux dons des particuliers.

Pour en savoir plus sur la Fondation Cœur et Artères et les maladies cardiovasculaires : www.fondacoeur.com

L'équipe de la Fondation Cœur et Artères est à votre disposition pour toute interview, informations supplémentaires, reportages, ...

CONTACT PRESSE :

Clémence Dubois – Chargée de Communication

Tél. : 03 28 16 92 08 - Email : clemence.dubois@fondacoeur.com