

# COMPRENDRE LA FIBRILLATION AURICULAIRE ET LES ACCIDENTS VASCULAIRES CÉRÉBRAUX (AVC)



La fibrillation auriculaire (également appelée fibrillation atriale ou FA) est une affection caractérisée par une fréquence cardiaque irrégulière et souvent très rapide. Il est très important de reconnaître la fibrillation auriculaire car, non traitée, la FA constitue un facteur de risque majeur d'AVC.

Un AVC survient lorsque l'irrigation sanguine d'une partie de votre cerveau est interrompue à cause d'un caillot sanguin ou lorsqu'il y a une rupture d'une artère cérébrale provoquant ainsi une hémorragie. L'AVC est l'une des principales causes de mortalité et d'invalidité au monde, mais il est possible de prévenir la plupart des AVC en intervenant sur un petit nombre de facteurs de risque essentiels.

Si vous souffrez de FA, vous avez un risque cinq fois plus élevé que la normale d'avoir un AVC. Avec le bon traitement, le risque d'AVC lié à la FA peut être réduit.



## QU'EST-CE QUE LA FA ?

Chez les personnes souffrant de FA, les deux cavités supérieures du cœur (les oreillettes) ne battent pas efficacement. En conséquence, le sang n'est pas pompé correctement, il stagne et peut former des caillots qui peuvent ensuite se déloger et circuler dans le corps. Si ces caillots atteignent le cerveau et bloquent un vaisseau sanguin, cela peut déclencher un AVC.

Les AVC dus à la FA sont plus susceptibles d'être mortels ou de causer de graves handicaps. Les AVC dus à la FA sont toutefois parfaitement évitables.

## QUELS SONT LES SYMPTÔMES DE LA FA ?

Pour bon nombre de personnes, la FA ne produit aucun symptôme et n'est détectée que par un examen physique ou par un électrocardiogramme (ECG). D'autres personnes peuvent rencontrer un ou plusieurs des symptômes suivants :

- **Fatigue généralisée**
- **Rythme cardiaque rapide et irrégulier**
- **Palpitations ou « cognements » dans la poitrine**
- **Vertiges ou étourdissements**
- **Essoufflements et anxiété**
- **Faiblesse**
- **Défaillance ou confusion**
- **Fatigue lors d'une activité physique**

## QUELLES SONT LES CAUSES DE LA FA ?

La cause exacte de la FA est inconnue. Elle peut se manifester chez des personnes en bonne santé apparente, mais est plus fréquente avec l'âge et est plus susceptible d'affecter des personnes ayant déjà souffert de problèmes cardiaques ou souffrant de certaines maladies, notamment :

- **Diabète**
- **Hyperthyroïdie** – glande thyroïde hyperactive
- **Troubles pulmonaires** – Bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO), asthme, pneumonie, embolie pulmonaire et cancer du poumon

La FA est également légèrement plus fréquente chez les hommes que chez les femmes.

## COMMENT DIAGNOSTIQUE-T-ON LA FA ?

Une simple vérification du pouls peut aider à diagnostiquer la FA. [illustration infographique montrant comment vérifier votre propre pouls]. Certains appareils portables surveillent votre fréquence cardiaque et peuvent vous aider à identifier des irrégularités. Un auto contrôle ou un appareil portable vous donnera une bonne indication d'une possibilité de FA et vous devriez consulter votre médecin.

Si votre pouls est toujours inférieur à 60 ou supérieur à 100, veuillez consulter votre médecin qui pourra décider de procéder à des tests pour établir un diagnostic précis..

- **Des analyses de sang** permettront d'identifier toute affection sous-jacente telle que l'anémie ou l'hyperthyroïdie.
- **Un électrocardiogramme (ECG)** contrôlera votre fréquence et rythme cardiaque.
- **Un échocardiogramme** fournira une image échographique et identifiera des problèmes physiques au niveau de votre cœur.
- **Des moniteurs cardiaques implantables** pourront être utilisés pour un contrôle à long terme et continu de la fréquence cardiaque sur plusieurs mois ou années.

## PEUT-ON TRAITER LA FA ?

Si votre FA est due à une affection sous-jacente telle que l'hyperthyroïdie, le traitement de cette affection résoudra souvent la FA et aucun traitement supplémentaire ne sera nécessaire. S'il n'existe aucune cause sous-jacente pour votre FA, votre médecin envisagera des médicaments qui vous aideront à rétablir votre rythme cardiaque, à contrôler votre fréquence cardiaque et à réduire votre risque d'AVC.

On prescrit généralement aux personnes souffrant de FA et présentant un risque moyen à élevé d'AVC un médicament appelé anticoagulant. Les anticoagulants empêchent la coagulation du sang. Il existe plusieurs types d'anticoagulants que votre médecin pourra vous prescrire.

La warfarine est un anticoagulant couramment prescrit qui nécessite des analyses de sang régulières pour vérifier qu'on vous a prescrit le bon dosage et réduire les risques de saignement. Cela contribuera à réduire votre risque d'AVC, mais la warfarine peut interagir avec d'autres médicaments et causer de graves problèmes. Si on vous prescrit de la warfarine, il est important de toujours vérifier auprès de votre médecin si vos médicaments actuels ou tout nouveau médicament vous étant prescrit ne sont pas contre-indiqués avec la warfarine. Vous devez également éviter une consommation excessive d'alcool.

Il existe un certain nombre de nouveaux traitements par anticoagulants qui n'interagissent pas autant avec d'autres médicaments et ne nécessitent pas d'analyses de sang régulières. Ces médicaments réduiront votre risque d'AVC tout autant que d'autres médicaments et, dans certains cas, ils seront plus efficaces pour réduire votre risque.

Si votre FA ne peut pas être stabilisée par des médicaments, votre médecin peut envisager certaines interventions physiques telles que la cardioversion, l'ablation par cathéter ou l'implantation d'un stimulateur cardiaque (pacemaker).

## INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Des conseils sur la manière de vérifier votre pouls sont disponibles sur

[heartrhythmalliance.org/aa/k/know-your-pulse](http://heartrhythmalliance.org/aa/k/know-your-pulse)

Pour plus d'informations sur les risques et la prévention des AVC, consultez [worldstrokecampaign.org](http://worldstrokecampaign.org)

## QUE PUIS-JE FAIRE POUR PRÉVENIR LA FA ?

Nous pouvons tous prendre des mesures pour réduire notre risque de FA. Certains changements dans votre mode de vie réduiront votre risque et pourront vous aider à traiter d'autres maladies cardiovasculaires.

- **Gérez votre poids** – le surpoids est un facteur de risque de FA et contribue au diabète, à l'hypertension et à l'apnée du sommeil, facteurs qui augmentent tous le risque de FA.
- **Diminuez la quantité de lipides dans votre régime alimentaire** – les régimes alimentaires riches en graisses sont associés à la FA et contribuent à l'athérosclérose.
- **Respectez les niveaux recommandés de consommation d'alcool** – une consommation excessive d'alcool est un facteur de risque de FA et contribue également aux risques généraux d'AVC.
- **Évitez les excitants** – les médicaments stimulants (y compris ceux que l'on trouve dans les médicaments contre le rhume en vente libre), une consommation excessive de caféine et de boissons énergisantes peuvent déclencher la FA.

1 personne sur 4 risque d'avoir un AVC dans sa vie, mais avec quelques mesures de base, il est possible de prévenir presque tous les AVC. Pour plus d'informations sur les risques et la prévention des AVC, consultez

[www.worldstrokecampaign.org](http://www.worldstrokecampaign.org)



Pour des ressources destinées aux patients sur fibrillation auriculaire et pour contacter d'autres personnes souffrant de FA, consultez le site

[heart.org/en/health-topics/atrial-fibrillation](http://heart.org/en/health-topics/atrial-fibrillation)

Cette publication a été développée par la



Avec le soutien de

