

Communiqué de presse

Journée mondiale de l'AVC le 29 octobre

Check-up et conseils à l'hôpital de Sion

Sion, le 22 octobre 2018 — L'Hôpital du Valais s'associe à la Journée mondiale de l'AVC du lundi 29 octobre pour sensibiliser le public et les collaborateurs aux accidents vasculaires cérébraux (AVC). L'Unité cérébrovasculaire du Valais invite chacun à venir se tester et s'informer durant toute la journée à l'hôpital de Sion.

L'attaque cérébrale ou accident vasculaire cérébral frappe toutes les 30 minutes en Suisse. Une personne sur six en est atteinte au cours de sa vie, le risque augmente avec l'âge, mais 15 % des victimes ont moins de 65 ans. Un quart des victimes en meurt et un tiers reste handicapé. L'AVC constitue une des principales causes de décès et d'incapacité dans le monde. 90% des AVC sont en relation avec des facteurs de risque que l'on peut modifier (cf. encadré).

Conseils et informations spécialisées à l'hôpital de Sion

Dans le cadre de cette journée, l'Unité cérébrovasculaire du Valais vous propose check-up et conseils le **lundi 29 octobre de 10h à 19h dans le hall d'entrée de l'hôpital de Sion.**

Au programme:

- Check-up vasculaire.
- Calcul du risque individuel.
- Conseil médical, infirmier et diététique.
- Informations des partenaires: Fragile Valais, Fondation Suisse de Cardiologie, Promotion Santé Valais, Addiction Valais.

La « Stroke Unit » valaisanne à l'hôpital de Sion

Les patients de tout le canton du Valais victimes d'AVC bénéficient d'une prise en charge dans l'unité cérébrovasculaire ou « Stroke Unit » de l'hôpital de Sion. Certifiée depuis 2013, elle fait partie d'un réseau national coordonné. Sans cesse en développement, l'Unité accueille aujourd'hui deux fois plus de patients qu'il y a 10 ans. Elle offre une série de prestations complètes pour le bilan, le traitement et le suivi des maladies cérébrovasculaires.

« Cette centralisation permet un monitoring étroit, une convergence de spécialistes et une standardisation des procédures, le tout en faveur d'un meilleur pronostic, démontré scientifiquement », relève le Dr Christophe Bonvin, médecin chef de l'Unité cérébrovasculaire du Valais.

Pour de plus amples informations, vous pouvez vous adresser à :

Dr Christophe Bonvin, médecin chef de l'Unité cérébrovasculaire du Valais, Service de neurologie du Centre Hospitalier du Valais Romand (légende de la photo)
T 027 603 18 44, christophe.bonvin@hopitalvs.ch

Annexes :

- Photo du Dr Bonvin
- Programme de l'action d'information à l'hôpital de Sion

Liens utiles :

www.worldstrokecampaign.org

www.attaqucerebrale.ch

www.swissheartcoach.ch/fr

www.hopitalvs.ch

Symptômes, facteurs de risque et prévention

Mémorisez les principaux symptômes et réagissez rapidement!

L'AVC se produit lorsqu'un vaisseau cérébral s'obstrue (AVC ischémique, 85 % des cas) ou se rompt (hémorragie, 15 % des cas). Dès les premiers symptômes, les neurones meurent par milliers et chaque minute compte.

Les signes d'alerte ci-après évoquent une attaque cérébrale même s'ils disparaissent en quelques minutes. Ils sont à prendre au sérieux et nécessitent une hospitalisation en urgence :

- **Soudain affaiblissement, paralysie ou troubles sensitifs**, le plus souvent d'un seul côté du corps (visage, bras ou jambe)
- **Troubles de la vue** (parfois d'un œil ou un côté seulement) ou **vision double**
- **Difficultés à parler ou à comprendre** ce qui est dit
- **Vertiges violents** avec déséquilibre
- **Maux de tête soudains et violents**

En présence de l'un de ces symptômes, composez immédiatement le **numéro d'urgence 144**. Demandez un transfert dans un hôpital équipé d'une Stroke Unit, spécialisée dans le traitement aigu des AVC.

Les 10 principaux facteurs de risques

« *Connaître les risques et, le cas échéant, changer son mode de vie permet de réduire significativement le risque d'un AVC et constitue la meilleure prévention* », souligne le Dr Christophe Bonvin, médecin chef de l'Unité cérébrovasculaire du Valais.

Les 10 facteurs de risque qui sont associés à 90% des AVC :

1. Hypertension artérielle
2. Tabagisme actif ou passif
3. Cholestérol et excès de lipides
4. Régime alimentaire déséquilibré
5. Surpoids et obésité
6. Diabète
7. Manque d'activité physique
8. Excès d'alcool
9. Fibrillation auriculaire (arythmie cardiaque)
10. Stress

L'AVC touche tout le monde et ses effets sont souvent dévastateurs. Discutez avec votre médecin des mesures préventives possibles. Agissez aujourd'hui ! Évaluez votre risque avec l'application Swiss Heart Coach de la Fondation Suisse de Cardiologie (www.swissheartcoach.ch/fr).