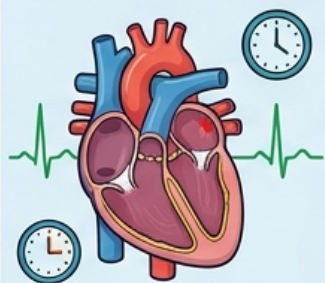


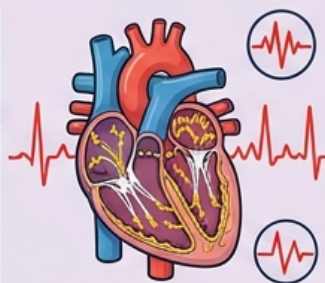
COMPRENDRE LA FIBRILLATION ATRIALE (FA)

Un guide visuel pour les patients, expliqué par votre cardiologue.

QU'EST-CE QUE LA FA ? (COMPRENDRE LE RYTHME)



**RYTHME SINUSAL
NORMAL**



**FIBRILLATION
ATRIALE**

LES SYMPTÔMES FRÉQUENTS (RECONNAÎTRE LES SIGNES)



PALPITATIONS
(Cœur qui bat vite
ou irrégulièrement)



FATIGUE
(Baisse d'énergie)



ESOUFFLEMENT
(Dyspnée, surtout
à l'effort)



ÉTOURDISSEMENTS
(Vertiges, sensation
de malaise)

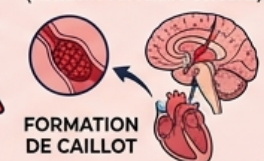


**DOULEUR
THORACIQUE**
(Gêne ou oppression)

POURQUOI TRAITER LA FA ? (LES RISQUES PRINCIPAUX)



RISQUE D'AVC
(Accident Vasculaire Cérébral)



**FORMATION
DE CAILLOT**

**INSUFFISANCE
CARDIAQUE**



CŒUR ÉPUISÉ

A. PRÉVENIR LES CAILLOTS

Anticoagulants



**RÉDUIRE
LE RISQUE D'AVC**

B. CONTRÔLER LE CŒUR

Médicaments

Cardioversion

Ablation par cathéter

FRÉQUENCE OU RYTHME

C. AGIR SUR LE MODE DE VIE

Hypertension

Activité physique

Poids et sommeil

FACTEURS DE RISQUE

COMMENT TRAITER LA FA ? (LES PILIERS DU TRAITEMENT)

A. PRÉVENIR LES CAILLOTS

Anticoagulants



**RÉDUIRE
LE RISQUE D'AVC**

B. CONTRÔLER LE CŒUR Médicaments & Procédures

Médicaments

Cardioversion électrique

Ablation par cathéter

**RÉGULER LA FRÉQUENCE
OU LE RYTHME**

VOS BONNES HABITUDES AU QUOTIDIEN (VOTRE RÔLE ACTIF)

- Suivre scrupuleusement le traitement médical.
- Apprendre à prendre son pouls régulièrement.
- Adopter une alimentation saine et bouger.
- Informer les professionnels de santé du traitement anticoagulant.

QUAND CONSULTER EN URGENCE ? (LES SIGNES D'ALERTE)

URGENCE 15 ou 112



**Faiblesse soudaine
d'un côté**



**Difficulté
à parler**



**Douleur thoracique
sévère**



**Perte de
connaissance**

Comprendre la fibrillation atriale

Cette fiche vous explique ce qu'est la fibrillation atriale, ses conséquences et sa prise en charge. Posez toutes vos questions à votre cardiologue lors de la consultation.

1. Qu'est-ce que la fibrillation atriale ?

En temps normal, le cœur bat de façon régulière grâce à des signaux électriques coordonnés. La **fibrillation atriale** (ou fibrillation auriculaire) est le trouble du rythme cardiaque le plus fréquent.

- L'activité électrique des **oreillettes**, les deux cavités supérieures du cœur, devient désorganisée et très rapide.
- Les oreillettes ne se contractent plus efficacement. Le cœur bat de manière **irrégulière**, parfois trop rapide.

2. Quels sont les symptômes ?

Certaines personnes ressentent nettement les épisodes de fibrillation atriale ; d'autres ne présentent aucun symptôme. Le diagnostic peut alors être fait lors d'un examen de routine.

- **Palpitations** : sensation que le cœur bat vite ou de façon désordonnée.
- **Fatigue** inhabituelle ou baisse d'énergie.
- **Essoufflement** à l'effort ou au repos.
- **Étourdissements**, vertiges ou sensation de malaise.
- Gêne ou oppression dans la poitrine.

3. Pourquoi faut-il la traiter ?

La fibrillation atriale nécessite un suivi pour prévenir principalement deux complications :

- **Accident vasculaire cérébral (AVC)** : le sang peut stagner dans les oreillettes, former un caillot, puis migrer vers le cerveau et obstruer une artère.
- **Insuffisance cardiaque** : une fréquence cardiaque trop rapide, notamment si elle persiste, peut fatiguer le muscle cardiaque.

4. Comment la traite-t-on ?

Le traitement est personnalisé selon vos symptômes, vos antécédents et votre risque d'AVC. Il associe, selon les besoins, prévention des caillots, contrôle des battements du cœur et prise en charge des facteurs de risque.

A. Prévenir les caillots

Votre médecin évalue si un **anticoagulant** est nécessaire selon votre risque d'AVC. Lorsqu'il est indiqué, ce médicament réduit le risque de formation de caillots et d'AVC. Il demande aussi des précautions en raison du risque de saignement.

B. Contrôler la fréquence ou restaurer le rythme

- **Ralentir le cœur** : certains médicaments, comme les bêtabloquants, contrôlent sa fréquence.

- **Retrouver un rythme régulier** : selon les cas, médicaments antiarythmiques ou cardioversion électrique sous courte anesthésie.
- **Ablation par cathéter** : dans certains cas, cette intervention vise à isoler les signaux électriques à l'origine de la fibrillation atriale.

C. Prendre en charge les facteurs de risque

Le contrôle de l'**hypertension artérielle**, du **diabète**, du **surpoids** et de l'**apnée du sommeil**, ainsi que la réduction de la consommation d'alcool, contribuent à la réussite du traitement. Réduisez la caféine si vous constatez qu'elle déclenche vos symptômes.

5. Vos bonnes habitudes au quotidien

- **Prenez vos traitements comme prescrits.** N'interrompez pas un anticoagulant ou un médicament du cœur sans avis médical.
- **Apprenez à prendre votre pouls.** Vous pourrez repérer des battements irréguliers et en parler à votre médecin.
- **Adoptez un mode de vie sain.** Pratiquez une activité physique adaptée, limitez l'alcool et le sel, et visez un poids favorable à votre santé.
- **Informez les professionnels de santé** de votre traitement anticoagulant, notamment le chirurgien, le dentiste et le pharmacien.

En cas de signes d'AVC (visage déformé, faiblesse d'un bras, trouble soudain de la parole), appelez immédiatement le 15 ou le 112. Faites de même en cas de douleur thoracique importante, d'essoufflement majeur ou de malaise sévère.

Sources : recommandations ESC 2024 sur la fibrillation atriale ; Assurance Maladie, fiches sur les traitements et le suivi de la fibrillation atriale. Document d'information à adapter à votre situation avec votre cardiologue.