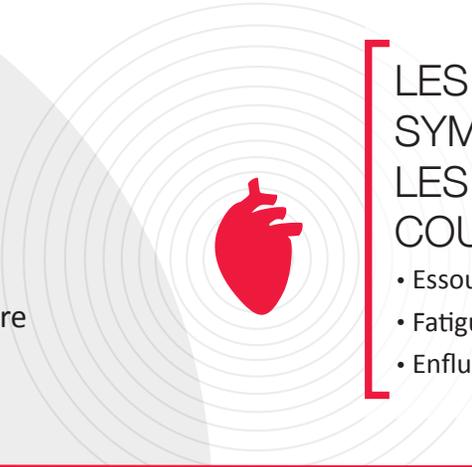




## QU'EST-CE QUE L'INSUFFISANCE CARDIAQUE?

Un problème de santé empêchant le cœur de pomper suffisamment de sang pour répondre aux besoins de l'organisme en oxygène.



### LES SYMPTÔMES LES PLUS COURANTS:

- Essoufflement
- Fatigue et manque d'énergie
- Enflure des pieds, de l'abdomen

## SOYEZ AU FAIT DES FACTEURS DE RISQUE COURANTS

Maladies coronariennes



Hyper-tension artérielle



Diabète



## DÉVELOPPEZ VOS CAPACITÉS D'AUTOGESTION

- Surveillez vos symptômes
- Consommez moins de sel
- Soyez plus actif
- Obtenez du soutien de vos pairs
- Surveillez votre pression artérielle
- Faites un suivi médical
- Arrêtez de fumer
- Respectez vos prescriptions
- Faites-vous vacciner



Au moins **600 000** personnes au pays souffrent d'**insuffisance cardiaque**.

© 2021 Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada

« Je vis bien malgré l'insuffisance cardiaque et vous aussi le pouvez. Pour moi, il est plus important que jamais de garder contact avec mon médecin et d'autres patients. »  
- Fondation HeartLife



Parmi les personnes vivant avec une **insuffisance cardiaque**, **45 %** sont atteintes de **5 autres affections ou plus**.

© 2021 Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada

Un aide-mémoire pour les soins de santé vous aidera à optimiser vos interactions virtuelles avec vos fournisseurs de soins de santé.



[couretavc.ca/aidememoire](http://couretavc.ca/aidememoire)

Un schéma du cheminement du patient vous aidera à comprendre l'expérience de l'insuffisance cardiaque.



[heartlife.ca/resources](http://heartlife.ca/resources)

Les communautés en ligne de soutien par les pairs de la fondation Heartlife et de Cœur + AVC offrent de l'aide aux patients et aux aidants.



[heartlife.ca](http://heartlife.ca)  
[couretavc.ca](http://couretavc.ca)

RESSOURCES SUR L'INSUFFISANCE CARDIAQUE



[heartlife.ca](http://heartlife.ca)  
[heartfailure.ca/fr](http://heartfailure.ca/fr)  
[couretavc.ca](http://couretavc.ca)

**REMERCIEMENT SPÉCIAL:** Cet événement est rendu possible grâce au soutien d'AstraZeneca, de Bayer Inc, de Boehringer Ingelheim – Lilly Canada, de Novartis Canada et de Servier Canada. Les documents relatifs à cette activité ont fait l'objet de recherches, de rédaction et de révision indépendantes par les organisateurs. AstraZeneca, Bayer Inc, Boehringer Ingelheim – Lilly Canada, Novartis Canada et Servier Canada n'exercent aucune influence sur les contenus ou les activités en lien à la Semaine nationale de sensibilisation à l'insuffisance cardiaque.

© Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada, 2021 | MC L'icône du cœur et de la / seule et l'icône du cœur et de la / suivie d'une autre icône ou de mots sont des marques de commerce de la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada.

© Société canadienne d'insuffisance cardiaque. Tous droits réservés. La distribution, la transmission et la republication sont strictement interdites sans l'autorisation écrite préalable de la Société canadienne d'insuffisance cardiaque.