



QU'EST-CE QUE L'INSUFFISANCE **CARDIAQUE**

L'insuffisance cardiaque est une maladie chronique due au fait que le cœur ne fonctionne pas comme il le devrait ou à un problème de structure. Elle peut se produire si le cœur est trop faible ou trop rigide, ou les deux.

LES SYMPTÔMES COURANTS DE L'INSUFFISANCE **CARDIAQUE** COMPRENnent

- Souffle court
- Fatigue et manque d'énergie
- Gonflements aux jambes et à l'abdomen

PASSER À L'ACTION

PRENEZ CONNAISSANCE DES FACTEURS
DE RISQUE COURANTS

Coronaropathie



Hypertension
artérielle



Diabète



DÉVELOPPEZ VOS
APTITUDES D'AUTOGESTION
DE LA MALADIE

- Familiarisez-vous avec votre insuffisance cardiaque
- Faites un suivi régulier avec votre professionnel de soins de santé
- Faites participer vos pairs et aidants
- Prenez vos médicaments comme prescrit
- Surveillez votre pression artérielle et votre poids
- Réduisez votre consommation de sel et de liquide
- Gardez des habitudes saines
- Prenez soin de votre santé mentale
- Mettez à jour vos vaccins annuellement



750,000 personnes
au pays vivent avec une
insuffisance cardiaque.

© Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada, 2022.

« Ça m'a fait une peur bleue
et ça me fait encore peur.
L'aspect mental et
émotionnel est le
plus difficile. »

- Personne vivant avec l'insuffisance cardiaque



Une personne sur trois
au pays a été **touchée**
par une **insuffisance**
cardiaque.

© Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada, 2022.

Un **aide-mémoire**
pour les soins de santé
vous aidera à interagir
activement de façon virtuelle
avec votre professionnel
de soins de santé



coeuretavc.ca/aidememoire

La plateforme
HeartLife Academy peut
vous aider à comprendre
votre insuffisance cardiaque



heartlife.ca/resources

Les patients et les
aidants peuvent obtenir
du soutien au moyen de
l'**application My HeartLife**
et de la communauté de soutien
en ligne par les **pairs de**
Cœur + AVC



heartlife.ca
coeuretavc.ca/maladies-du-coeur/
retablissement-et-soutien/la-magie-de-la-communaute

**RESSOURCES SUR
L'INSUFFISANCE
CARDIAQUE**



heartlife.ca
heartfailure.ca
coeuretavc.ca/insuffisance-cardiaque

REMERCIEMENT SPÉCIAL : Cet événement est rendu possible grâce au soutien d'AstraZeneca, de Bayer inc., de Boehringer Ingelheim - Lilly Canada, de Novartis Canada, de Pfizer 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. Les commanditaires de l'événement n'exercent aucune influence sur les contenus ou les activités en lien avec la Semaine nationale de sensibilisation à l'insuffisance cardiaque.

© Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada, 2022 | 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.