

Les 4 signes méconnus de l'insuffisance cardiaque

L'insuffisance cardiaque est une maladie grave, responsable d'au moins 165 000 hospitalisations et plus de 70.000 décès chaque année en France. Comment reconnaître les symptômes qui font suspecter la maladie ?

«Aujourd'hui les gens savent ce qu'est un infarctus du myocarde ou un accident vasculaire cérébral, mais ils connaissent mal l'insuffisance cardiaque», explique le [Dr Florence Beauvais](#) (Lariboisière, Paris), secrétaire du groupe Insuffisance cardiaque et cardiomyopathie (GICC) de la [Société française de cardiologie](#). «Il y a là un enjeu thérapeutique car il existe des médicaments qui améliorent la vie des gens et réduisent la mortalité», souligne le [Pr Thibaud Damy](#) (Henri Mondor, Créteil), président du GICC.

Les signes cardinaux pour détecter l'insuffisance cardiaque

L'essoufflement est le premier signe qui doit attirer l'attention. «L'insuffisance cardiaque étant une incapacité du cœur à envoyer suffisamment de sang aux différents organes, les patients commencent par se plaindre d'être essoufflés en montant deux étages, puis un seul, puis quelques marches», explique le Pr Damy. L'engorgement de sang dans les poumons explique la gêne respiratoire.

Le deuxième signe, la prise de poids, est lié à la rétention hydrosodée (eau et sel). «Il faut toujours s'inquiéter devant une prise de poids rapide, quelques kilos sur quelques jours ou quelques semaines», indique le Pr Damy. La rétention hydrosodée est particulièrement visible sous forme d'un gonflement au niveau des jambes et des pieds. Ces œdèmes constituent le 3e signe majeur d'insuffisance cardiaque: «On n'entre plus dans ses chaussures», raconte le Dr Beauvais.

Enfin quatrième signe, la fatigue. «Elle est liée à la fatigue cardiaque», explique le Pr Damy, car le cœur est un muscle. «C'est une fatigabilité excessive, même pour des petits efforts, ajoute-t-il mais les autres muscles par exemple ceux des jambes sont aussi mal irrigués».

Une consultation médicale s'impose rapidement!

Devant l'apparition d'un ou plusieurs de ces signes, et a fortiori s'il y a des cas de maladies cardiaques dans la famille ou si l'on est un sujet à risque cardiovasculaire (hypertendu, diabétique, survivant d'un infarctus, fumeur, etc.), une consultation médicale est indispensable. «On effectuera alors des dosages de biomarqueurs (le NT-proBNP, NDLR), un électrocardiogramme (car il est rarement normal en cas d'insuffisance cardiaque) et une [échocardiographie](#) pour confirmer le diagnostic et mesurer le dysfonctionnement cardiaque (gravité de la maladie)», explique le Dr Beauvais.

[Le traitement](#) permettra d'améliorer la qualité de vie et de réduire la mortalité mais l'insuffisance cardiaque impose une autosurveillance permanente (par exemple en traquant les sels cachés dans l'alimentation ou en surveillant quotidiennement son poids). La

télesurveillance pourra sans doute s'avérer précieuse dans l'insuffisance cardiaque. Un arrêté a été pris en décembre 2016 pour préciser le cahier des charges des expérimentations en la matière...mais 9 mois après, l'assurance maladie n'en a toujours pas fixé le taux de remboursement. Dommage!