



Conseils santé essentiels sur la prévention des caillots sanguins dans vos artères

Quel est le lien entre les caillots sanguins et l'artériopathie périphérique?

L'artériopathie périphérique est une maladie courante qui consiste en un rétrécissement ou un blocage des artères dans les jambes causé par une accumulation de dépôts de lipides ou plaque. Quand les artères qui acheminent le sang aux jambes se bloquent, l'apport en sang aux jambes et aux pieds est réduit. L'artériopathie périphérique peut causer des douleurs musculaires aux jambes pendant la marche, mais de nombreuses personnes atteintes d'artériopathie périphérique ne présentent aucun symptôme.

Les personnes atteintes d'artériopathie périphérique courent un risque élevé de subir une crise cardiaque ou un accident vasculaire cérébral en raison de l'accumulation de plaque dans leurs vaisseaux sanguins ou artères. Ultiment, l'extrémité de la plaque se détache et des globules rouges nommés plaquettes s'agglomèrent dans le vaisseau sanguin et forment un caillot au dessus de la plaque. Il s'agit du même type de caillot qui se forme sur votre peau pour arrêter le saignement quand vous vous coupez. Toutefois, quand un caillot se crée dans un vaisseau sanguin, il peut limiter, ou même bloquer le débit sanguin acheminé vers votre cœur ou votre cerveau, ce qui peut entraîner des douleurs à la poitrine, une crise cardiaque ou un accident vasculaire cérébral.

La bonne nouvelle? Des études indiquent que les médicaments qui aident à prévenir la formation de caillots sanguins peuvent contribuer à réduire le risque que vous subissiez une crise cardiaque ou un accident vasculaire cérébral.

Quels médicaments aident à prévenir la formation de caillots sanguins?

Les médicaments qui préviennent les caillots sanguins sont nommés médicaments antiplaquettaires. Ces médicaments peuvent être prescrits aux personnes qui ont subi une crise cardiaque, qui ressentent des douleurs à la poitrine ou qui sont atteintes d'artériopathie périphérique dans les jambes. Les deux principaux antiplaquettaires sont l'aspirine et le clopidogrel. Votre équipe de soins de santé passera en revue votre dossier médical et discutera avec vous afin de découvrir lequel de ces médicaments est le plus approprié pour vous.

De nombreuses personnes atteintes d'artériopathie périphérique prennent ces médicaments. Le dosage habituel d'aspirine se chiffre entre 75 et 325 mg d'aspirine chaque jour. La version à faible dose de l'aspirine peut porter l'étiquette « aspirine pour enfants ». Certains fournisseurs de soins de santé recommandent de consommer de l'aspirine kératinisée. La substance dont est enduite l'aspirine lui permet ainsi de passer par votre estomac sans se dissoudre. L'aspirine est donc plutôt absorbée dans l'intestin, ce qui réduit le risque d'effets secondaires.

Le dosage habituel de clopidogrel est de 75 mg par jour. Certains fournisseurs de soins de santé suggèrent de prendre à la fois de l'aspirine et du clopidogrel pour réduire le risque de crise cardiaque ou d'accident vasculaire cérébral. Discutez avec votre équipe de soins de santé pour déterminer quels sont les meilleurs médicaments pour vous.

Les médicaments antiplaquettaires sont ils sûrs pour tous?

L'aspirine ou le clopidogrel ne sont pas sûrs pour tous. Par exemple, certaines personnes ne peuvent prendre d'aspirine. Ce médicament peut avoir une incidence sur la paroi intérieure de leur estomac et causer de la douleur, la nausée, des vomissements ou des saignements. Vous devriez éviter de prendre de l'aspirine si :

- Vous y êtes allergique;
- Vous avez tendance à saigner;
- Vous avez eu un saignement dans votre tube digestif au cours des derniers mois;
- Vous êtes atteint d'une maladie du foie.

Vous devriez éviter de prendre du clopidogrel si vous avez un ulcère d'estomac ou un autre trouble qui cause un saignement. Par ailleurs, si vous devez faire l'objet d'une intervention chirurgicale ou autre pour traiter des vaisseaux sanguins bloqués, assurez vous d'aviser votre fournisseur de soins de santé que vous prenez du clopidogrel.



P.A.D.
Peripheral Arterial Disease
COALITION

Pour sauver
des membres
et des vies

Pour obtenir
de plus amples
renseignements
sur l'artériopathie
périphérique,
veuillez
téléphoner au
1 866 PADINFO
(1 866 723 4636)
ou consulter le site
PADCoalition.org



Suite à la
page suivante

Conseils santé
essentiels sur
la prévention
des caillots
sanguins dans
vos artères



Pour sauver
des membres
et des vies

L'association P.A.D.
Coalition a réuni
plus de 50
organismes du secteur
médical et de la
santé vasculaire pour
améliorer la santé des
personnes atteintes
d'artériopathie
périphérique et la
qualité des soins qui
leur sont prodigués.

• • •

Pour obtenir
de plus amples
renseignements
sur l'artériopathie
périphérique,
veuillez
téléphoner au
1 866 PADINFO
(1 866 723 4636)
ou consulter le site
PADCoalition.org

Que puis je faire de plus pour prévenir la
formation de caillots sanguins dans mes
artères?

La prise de médicaments antiplaquettaires n'est
que l'un des éléments d'un plan de traitement
pour réduire votre risque de subir une crise
cardiaque ou un accident vasculaire cérébral et
pour traiter l'artériopathie périphérique. Il est
aussi très important d'apporter des changements
sains à votre style de vie pour contrôler votre
taux de cholestérol, votre pression artérielle et
votre glycémie (si vous êtes diabétique).

Prenez des mesures dès maintenant pour adopter
un régime qui favorise la santé du cœur, qui
comprend beaucoup de fruits et de légumes,
ainsi que des produits laitiers à faible teneur en
matières grasses, mais qui contient une quantité
modérée de lipides, et peu de gras saturés et de
cholestérol. De plus, essayez de faire au moins
30 minutes d'exercice physique presque chaque
jour. Ces mesures peuvent contribuer fortement
à améliorer votre santé et la façon dont vous
vous sentez.



**N'oubliez pas : la détection et le traitement précoces de
l'artériopathie périphérique peuvent vous aider à garder vos
jambes en santé, à réduire votre risque de subir une crise
cardiaque ou d'accident vasculaire cérébral, et même à sauver
vos membres ou votre vie.**

