

1. Qu'est-ce qu'un «AVC»?

Accident Vasculaire Cérébral «AVC»



« **A** » pour **Accident** = phénomène **soudain**.

« **V** » pour **Vasculaire** = provoqué par une **diminution partielle ou complète de l'apport de sang au cerveau**.

« **C** » pour **Cérébral** = une **souffrance du cerveau**.

2. UNE PRIORITÉ DE SANTÉ PUBLIQUE

Pathologie fréquente

— Incidence: >130 000 AVC/an = **1 AVC / 4 minutes.**

157 000 séjours MCO par an
139 000 patients par an

Pathologie grave

Mortalité

- 1^{ère} cause de décès chez la femme,
- 3^{ème} cause de décès chez l'homme,
- mortalité hospitalière initiale: 15 à 20%

(décès au terme du 1^{er} mois.)

— **1^{ère} cause de handicap acquis chez l'adulte** (75% des survivants)

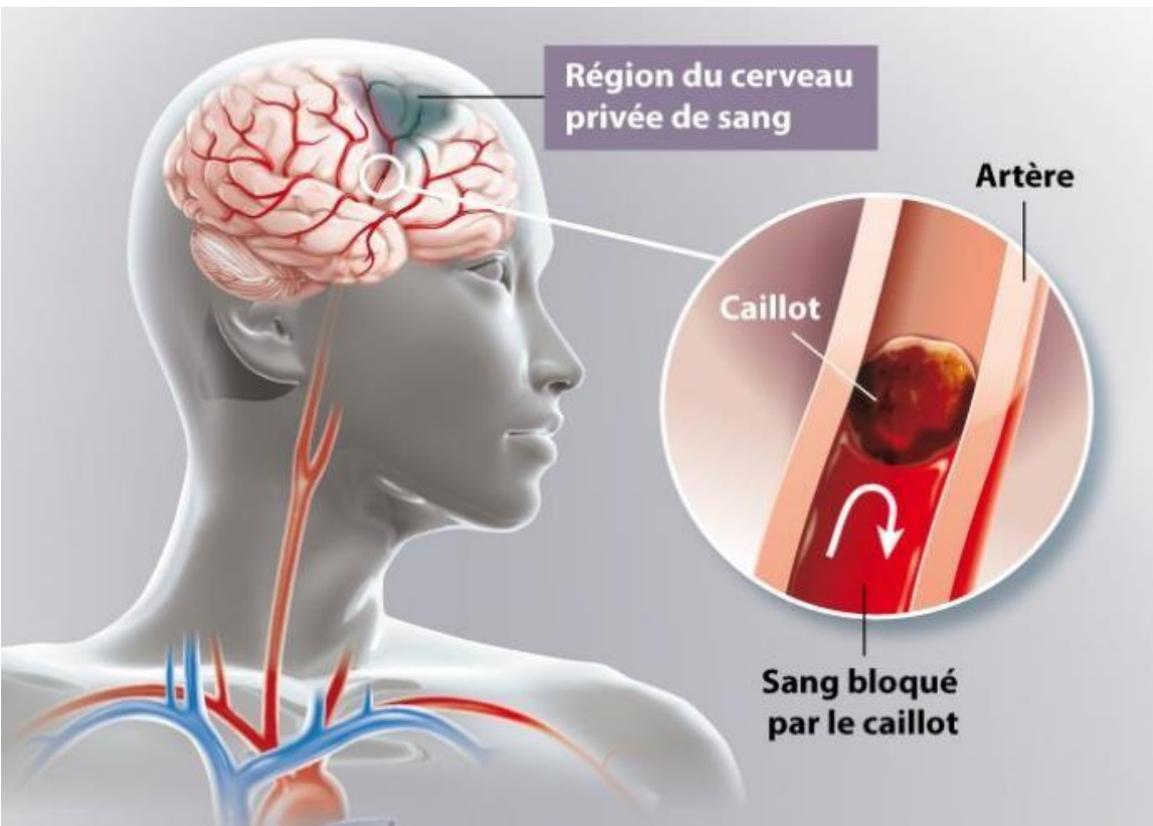
- Séquelles: 50% à 70%,
- Dépendance: 20%,
- 2^{ème} cause de démence.

— **Récidives:** 20 à 30% à 5 ans



3. Il existe 2 types d'AVC

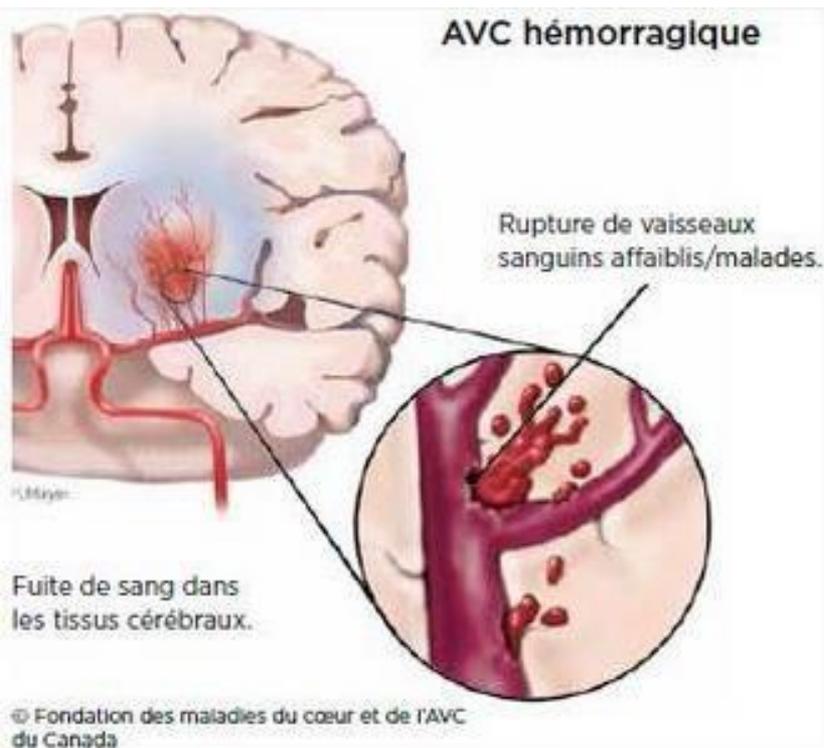
les AVC ischémiques → Dans 85 % des cas: un thrombus bouche une artère cérébrale



**L'AVC
ischémique
est
indolore**

les AVC hémorragiques

→ Dans 15% des cas: une rupture d'une artère cérébrale provoque un saignement dans le cerveau



Message FAST

(créé à partir de l'échelle pré-hospitalière de Cincinnati)



F: Perte de force ou engourdissement du visage



A: Perte de force ou engourdissement d'un membre



S: Trouble de la parole



T : Appeler le 15 si présence d'1 des 3 signes précédents brutalement ou si associé à l'apparition brutale de céphalée, de troubles de l'équilibre ou d'une baisse de vision.

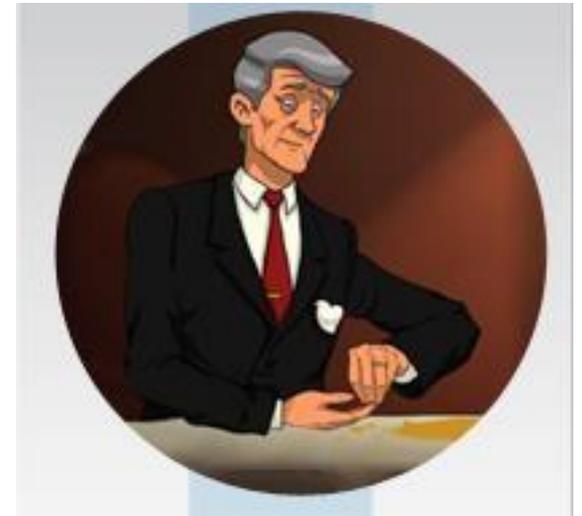
— Comment reconnaître un «AVC»?

SOUDAINEMENT !!!

1. Faiblesse ou engourdissement



de la face
et/ou du bras
et/ou de la jambe



— Comment reconnaître un «AVC»?

- **SOUDAINEMENT !!!**

- 2. PERTE DE LA VISION UNI OU BILATÉRALE :

- perte brusque de la vision d'un œil
- ou plus rarement des deux yeux,
- perte de la moitié du champ visuel,
- vision double.



— Comment reconnaître un «AVC»?

SOUDAINEMENT !!!



3. TROUBLES DE LA COMPREHENSION OU DU LANGAGE :

- difficulté ou impossibilité à trouver ses mots ou remplacements de mots par d'autres,
- difficultés de compréhension ou difficultés pour articuler.

— Comment reconnaître un «AVC»?

SOUDAINEMENT !!!

4. perte de l'équilibre ou instabilité

→ si associé à l'un des signes précédents



— Comment reconnaître un «AVC»?

SOUDAINEMENT !!!

5. Céphalées



L'appel téléphonique IMMEDIAT au centre 15

→ pour assurer le transport du patient vers un service hospitalier compétent



© free_photo - Fotolia

Le pronostic dépend de la rapidité de la prise en charge,
plus le traitement commence tôt, plus il sera efficace

Les facteurs de risque déterminés par le mode de vie

1. L'hypertension artérielle (Tension supérieure 140/90)
= Risque rupture d'une artère du cerveau

Lorsque les parois artérielles sont constamment soumises à une pression élevée par le débit sanguin, elles durcissent et s'épaississent.



- Contrôler la tension
- Objectif de PA < 140/90 mmHg

Les facteurs de risque déterminés par le mode de vie

2. Le tabagisme



➔ Éviter de fumer

➔ Sevrage tabagique recommandé: conseil & PEC renforcée

➔ demander de l'aide

Les facteurs de risque déterminés par le mode d



- La **pilule**
- Les **drogues**

15% des AVC touchent les patients jeunes (moins de 35 ans):

Causes retrouvées :

- la pilule oestroprogestative chez les patientes migraineuses et qui fument.
- la prise de cannabis, de cocaïne

Serge Timsit, président de la Société Française Neurovasculaire

Les facteurs de risque déterminés par le mode de vie

3. L'**obésité abdominale**, évaluée par le rapport du tour de taille/tour de hanche, qui contribue à hauteur de 36% à l'AVC

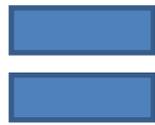
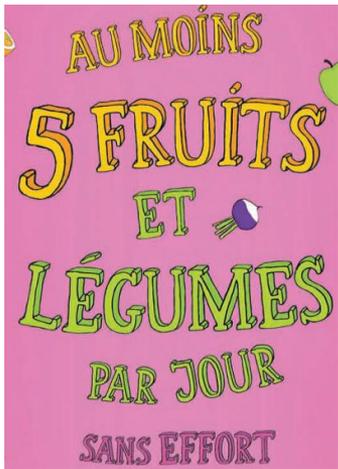
➔ Perdre du poids

➔ IMC: Indice de Masse Corporelle



Les facteurs de risque déterminés par le mode de vie

4. Une **alimentation non équilibrée** contribue à hauteur de 33% au risque d'AVC



→ Équilibrer son alimentation: manger des fruits et légumes et réduire sa consommation en sel

Les facteurs de risque déterminés par le mode de vie

5. Le manque d'activité physique



➔ **Pratiquer régulièrement une activité physique** (au moins 30 minutes / jour, 5 jours / semaine)



Les facteurs de risque déterminés par le mode de vie

6. La consommation d'alcool



- ➔ Réduction ou arrêt de la consommation d'alcool
- ➔ ! alcoolisation ponctuelle importante chez les jeunes
- ➔ Méthode de sevrage appropriée et PEC spécifique

Les facteurs de risque déterminés par le mode de vie

7. La fibrillation atriale



➔ **Suivre et surveiller le traitement anticoagulant prescrit**

Les facteurs de risque déterminés par le mode de vie

8. Les **facteurs psychosociaux** (stress, dépression, isolement social...)

- ➔ Réduire l'exposition au stress
- ➔ Socialisation
- ➔ Faire du sport



Les facteurs de risque déterminés par le mode de vie

9. Un diabète, pour l'AVC ischémique

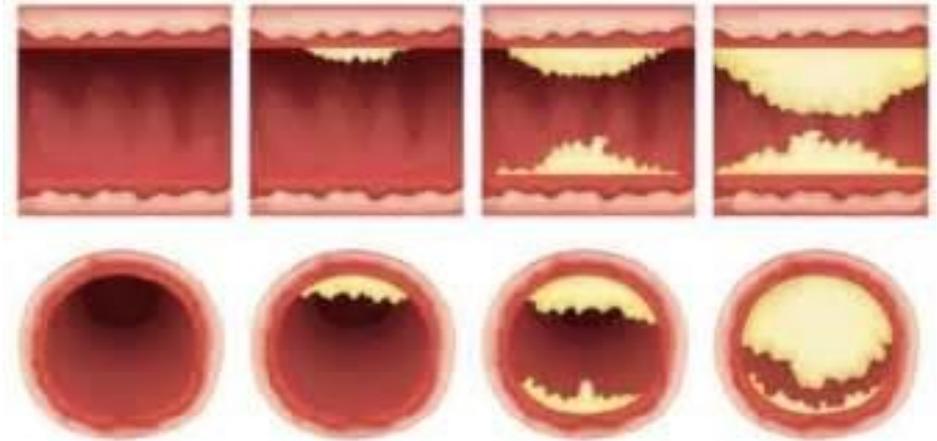


➔ **Contrôler son diabète**



Les facteurs de risque déterminés par le mode de vie

10. Une concentration trop élevée d'un ou plusieurs **lipides** présents dans le sang (**cholestérol, triglycérides...**).



➔ Surveiller son taux de cholestérol



Les facteurs de risque déterminés par le mode de vie

- **La pollution de l'air**



Agir pour modifier et améliorer la qualité de vie de chacun

➔ **Politiques publiques en faveur de la santé**

➔ **Engagement citoyen**