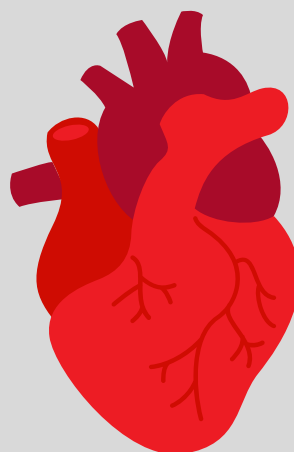


MON

CARNET DE SUIVI
COEUR
INSUFFISANCE CARDIAQUE



CHM
CENTRE HOSPITALIER DE MAYOTTE

24H/24H

SAMU

15 OU 112

EN SEMAINE DE 8 H À 16 H

INFIRMIÈRE EN CARDIOLOGIE

0269636496

PRENDRE RENDEZ-VOUS

SECRÉTAIRE

0269665802

8H - 14 H

MES INFORMATIONS

VOUS 

ETIQUETTE IPP

NOM ET PRÉNOM :

ADRESSE :

VOTRE PERSONNE DE CONFIANCE



NOM ET PRÉNOM :

LIEN DE PARENTÉ :

ADRESSE :

TÉLÉPHONE :

VOS PROFESSIONNELS DE SANTÉ



INFIRMIÈRE :

CARDIOLOGUE :

AMBULANCIER :

LABORATOIRE :

TÉLÉPHONE :

PHARMACIE :

RÉPERTOIRE UTILE



UTILE :

SERVICE CARDIOLOGIE INFIRMIÈRE

TÉLÉPHONE : 0269636496

SERVICE CARDIOLOGIE SECRÉTAIRE

TÉLÉPHONE : 0269665802

REDIAB YLANG

TÉLÉPHONE : 0269610400

JACARANDA

TÉLÉPHONE : 0269624541

EMET

TÉLÉPHONE : 0269618000

POSTE : 5033

URGENCE :

SAMU 15

POMPIERS

TÉLÉPHONE : 18 OU 112

DZOUMOGNÉ

TÉLÉPHONE : 02 69 63 11 84

M'RAMADOUDOU

TÉLÉPHONE : 02 69 62 11 83

PETITE TERRE

TÉLÉPHONE : 02 69 64 06 20

KAHANI

TÉLÉPHONE : 02 69 62 40 78

DISPENSAIRES :

BOUÉNI

TÉLÉPHONE : 02 69 64 82 00

DZOUMOGNÉ

TÉLÉPHONE : 02 69 63 11 80

SADA

TÉLÉPHONE : 02 69 62 11 15

M'TSANGAMOUI

TÉLÉPHONE : 02 69 62 58 96

MTSAMBORO

TÉLÉPHONE : 02 69 62 19 51

M'RAMADOUDOU

TÉLÉPHONE : 02 69 62 11 83

PETITE TERRE

TÉLÉPHONE : 02 69 60 81 15

SOMMAIRE

- **CONSEILS AUX MÉDECINS.....1**
 - 1. CONSEILS POUR L'INSUFFISANCE CARDIAQUE.....2
 - 2. CONSEILS POUR LES FEMMES ENCEINTES.....3
 - 3. BILAN D'INSUFFISANCE CARDIAQUE.....4
- **MA MALADIE.....5**
 - 1. COMPRENDRE L'INSUFFISANCE CARDIAQUE.....6
 - 2. DÉTECTER LES SIGNES D'ALERTE.....7
 - 3. MON QUOTIDIEN D'INSUFFISANT CARDIAQUE.....8
- **MON SUIVI À L'HÔPITAL.....9**
 - 1. INFORMATIONS IMPORTANTES À L'HÔPITAL.....10
 - 2. DÉROULEMENT DE MA CONSULTATION.....11
 - 3. MES MÉDICAMENTS.....12
 - 4. LE RÉGIME HYPOSODÉ EST AUSSI UN TRAITEMENT.....13
 - 5. LES EXAMENS DISPONIBLES.....14
 - 6. EVASAN.....15
 - 7. LES EXAMENS POSSIBLES À LA RÉUNION16
- **MES CONSEILS QUOTIDIENS.....17**
 - 1. MES CONSEILS DIÉTÉTIQUES.....18
 - 2. MES CONSEILS EN ACTIVITÉ PHYSIQUE.....20
 - 3. MON HYGIÈNE DE VIE ET MA GROSSESSE.....22
- **MALADIES SOUVENT ASSOCIÉES.....23**
 - 1. L'HTA : HYPERTENSION ARTÉRIELLE.....24
 - 2. LE DIABÈTE.....25
 - 3. L'AVC : ACCIDENT VASCULAIRE CÉRÉBRAL.....26
 - 4. L'INFARCTUS DU MYOCARDE.....27
 - 5. CONSEILS POUR LES MALADIES ASSOCIÉES.....28
- **SUIVIS, TRAITEMENTS, TRANSMISSIONS, RENDEZ-VOUS.....29**
 - 1. MES TRAITEMENTS.....30
 - 2. FICHE DE TRANSMISSION VERS LE DOMICILE.....33
 - 3. MES RENDEZ-VOUS.....35

CONSEILS AUX MÉDECINS



1. CONSEILS POUR L'INSUFFISANCE CARDIAQUE

FEVG < 45% =
INSUFFISANCE CARDIAQUE

→ NE PAS HÉSITER À FAIRE UNE DEMANDE DX CARE DE CONSULTATION SI LE PATIENT EST PERDU DE VUE.

→ NE PAS HÉSITER À DEMANDER UN AVIS CARDIO

LES TRAITEMENTS

LASILIX

→ OBJECTIF : NYHA 1 ET BNP NORMAL +++

LE TRAITEMENT DE FOND

→ OBJECTIF : DOSE MAXIMALE TOLEREE +++

LES BÉTA
BLOQUANTS

LES IEC OU
ARA II OU
ENTRESTO

L'ALDACTONE

LES
INHIBITEURS
DU SGLT2

EFFECTUER UNE TITRATION

- LA TITRATION DES TRAITEMENTS EST GÉNÉRALEMENT FAITE PAR UN CARDIOLOGUE.
- SI AUCUN CARDIOLOGUE N'EST PRÉSENT SUR L'ILE, DES PROTOCOLES SONT DISPONIBLES SUR CARDIOMAYOTTE.FR
- POUR COMMENCER UNE TITRATION, LES TRAITEMENTS SONT À AUGMENTER À PETITE DOSE TOUS LES 15 JOURS
- SI BONNE TOLÉRANCE CLINIQUE ET BIOLOGIQUE JUSQU'À LA DOSE MAXIMALE TOLÉRÉE (BNP, CRÉATININE)
- UNE HYPOTENSION EST NORMALE ET NE DOIT PAS FAIRE ARRÊTER OU DIMINUER LE TRAITEMENT SAUF SI ELLE EST SYMPTOMATIQUE.

TITRATION

TOUS LES
15 JOURS

AVEC PRISE DE SANG

JUSQU À LA DOSE MAXIMALE TOLEREE

SUIVI

TOUS LES
3, 6 MOIS

DECOMPENSATION

MAJORER LE LASILIX

MAINTENIR LE TRAITEMENT DE FOND AUTANT QUE POSSIBLE



- EN CAS DE GROSSESSE OU ALLAITEMENT, VÉRIFIER SUR LE SITE : WWW.CRAT.FR
- SUIVI RAPPROCHÉ EN FONCTION DE LA GRAVITÉ ET SYSTÉMATIQUE À 8 MOIS :
EN CAS DE CARDIOPATHIE SÉVÈRE, CONTRE INDICATION POSSIBLE A L'ACCOUCHEMENT VOIE BASSE
RISQUE DE DÉCOMPENSATION

PROTOCOLES ET VIDEOS DISPONIBLES SUR

WWW.CARDIOMAYOTTE.FR

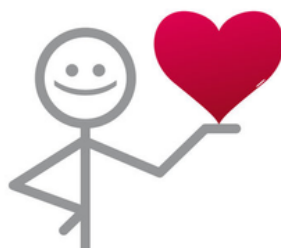


FILMS EN SHIMAORÉ (IC,HTA,DIABETE, AVC...)

FICHE INSUFFISANCE CARDIAQUE

FICHE UTILISATION DU BNP

ET PLEIN D'AUTRE !



3.

BILAN D'INSUFFISANCE CARDIAQUE

BILAN INITIAL

1 BILAN BIOLOGIQUE ÉTIOLOGIQUE

DATE : / /

2 DERNIÈRE GROSSESSE

DATE : / /

3

MAPA : / /
HOLTER : / /

4 CORONAROGRAPHIE
COROSCANER

DATE : / /

TOXIQUES

ANTÉCÉDENTS FAMILIAUX

BILAN ANNUEL

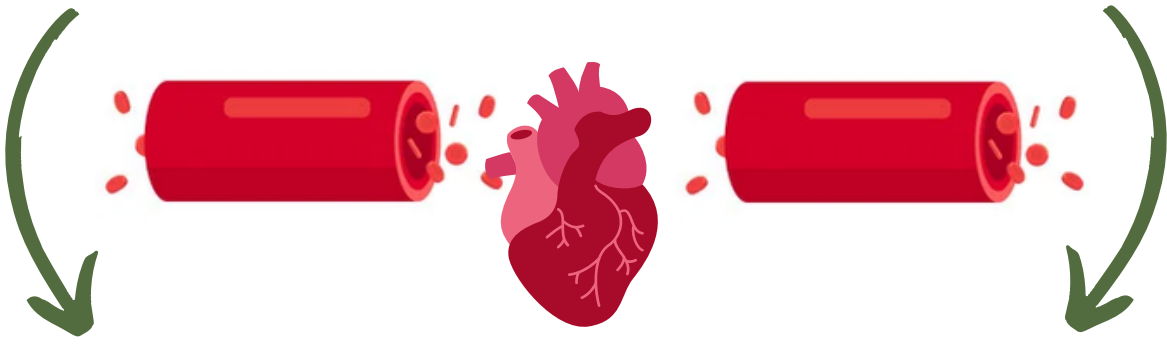
DATE	BILAN ANNUEL		RECHARGE FER		VACCINS		COMMENTAIRES
/ /	OUI	NON	OUI	NON	OUI	NON	
/ /	OUI	NON	OUI	NON	OUI	NON	
/ /	OUI	NON	OUI	NON	OUI	NON	
/ /	OUI	NON	OUI	NON	OUI	NON	
/ /	OUI	NON	OUI	NON	OUI	NON	
/ /	OUI	NON	OUI	NON	OUI	NON	
/ /	OUI	NON	OUI	NON	OUI	NON	
/ /	OUI	NON	OUI	NON	OUI	NON	
/ /	OUI	NON	OUI	NON	OUI	NON	
/ /	OUI	NON	OUI	NON	OUI	NON	
/ /	OUI	NON	OUI	NON	OUI	NON	

MA MALADIE



1. COMPRENDRE L'INSUFFISANCE CARDIAQUE

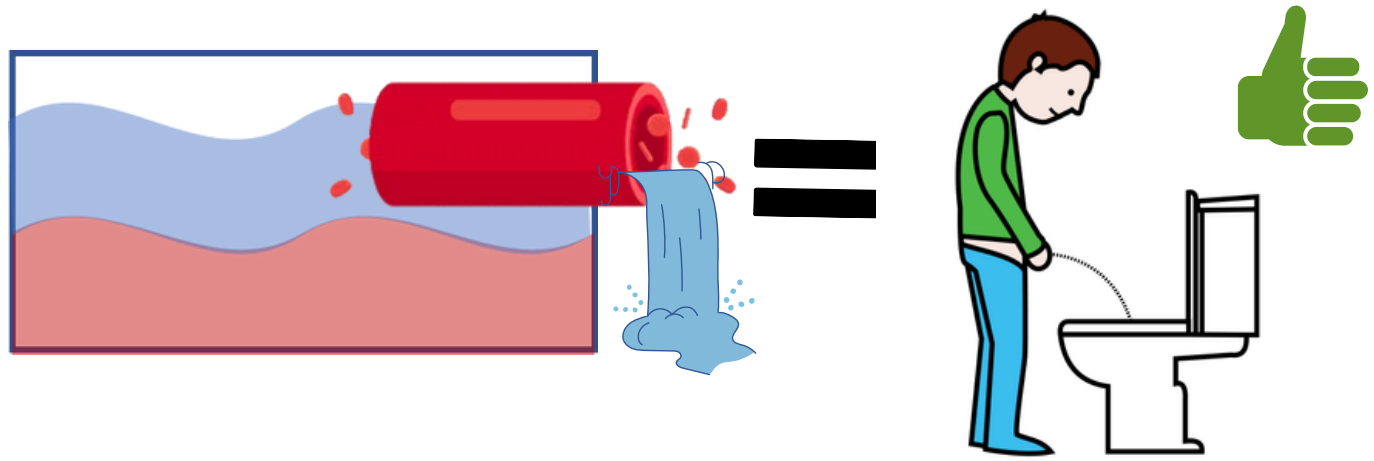
LE COEUR FONCTIONNE BIEN



VOUS VOUS SENTEZ BIEN



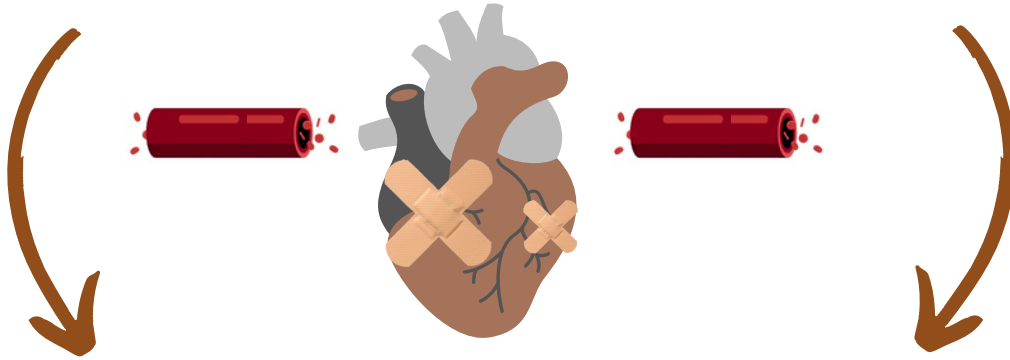
VOUS FAITES PIPI NORMALEMENT



2.

DÉTECTER LES SIGNES D'ALERTE

LE COEUR FONCTIONNE MAL



VOUS VOUS SENTEZ PAS BIEN

SIGNES D'ALERTE

OEDÈMES



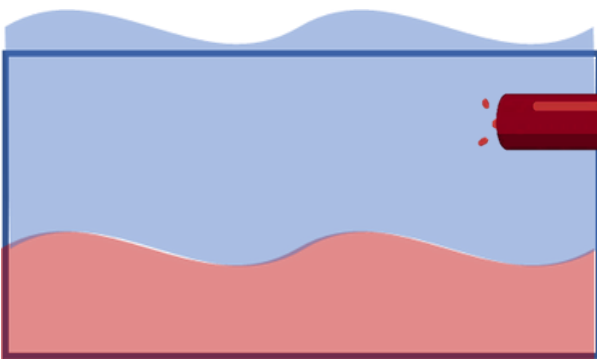
ÉSSOUFFLEMENT



PRISE DE POIDS



VOUS NE FAITES PAS PIPI



=



3. MON QUOTIDIEN D'INSUFFISANT CARDIAQUE

- LE CŒUR EST ESSENTIEL À LA VIE. VOUS SOUFFREZ D'INSUFFISANCE CARDIAQUE, VOTRE CŒUR EST MALADE ET FATIGUÉ. VOUS POUVEZ AVOIR DU MAL À RESPIRER, LES JAMBES QUI GONFLENT
- SURVEILLEZ LES SIGNES D'ALERTE, ET PRENEZ VOS MÉDICAMENTS TOUS LES JOURS

CONSEILS

PRENDRE LES MÉDICAMENTS
TOUS LES JOURS



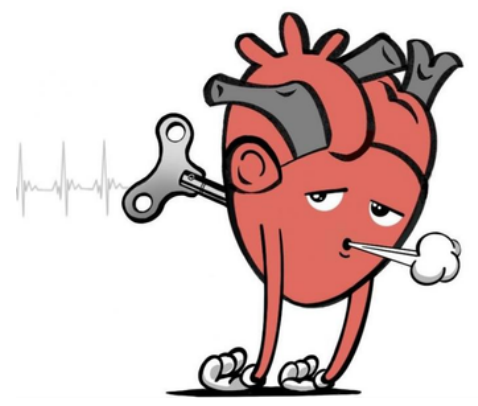
DIMINUER LE SEL ET L'EAU 1.5L MAX



ACTIVITÉ PHYSIQUE



LIMITER LA SÉDENTARITÉ



MON SUIVI À L'HÔPITAL



1. INFORMATIONS IMPORTANTES À L'HÔPITAL

JE VIENS

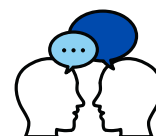
PAS BESOIN D'ÊTRE À JEUN , JE PRENDS MES MÉDICAMENTS



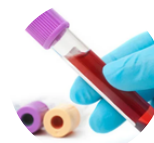
À TOUS MES RENDEZ-VOUS



AVEC UNE PERSONNE CAPABLE DE
COMPRENDRE LE FRANÇAIS



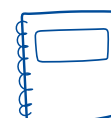
AVEC MON BILAN SANGUIN AVANT ET J'AMÈNE LES
RÉSULTATS



AVEC MES MÉDICAMENTS DANS MON SAC



AVEC MON CARNET ET MA DERNIÈRE ORDONNANCE



AVEC LE SOURIRE



JE NE PEUX PAS VENIR

JE PRÉVIENS LA SECRÉTAIRE ET **JE REPRENDS RENDEZ-VOUS : 0269665802**
SI VOUS VOUS SENTEZ PAS BIEN VENEZ SANS RENDEZ-VOUS DU LUNDI AU
VENDREDI DE 8H À 16H, EN DEHORS DE CES HORAIRESE SE DIRIGER VERS LES
URGENCESE

2. DÉROULEMENT DE MA CONSULTATION

1

RENDEZ-VOUS AVEC L'INFIRMIÈRE ET L'AIDE SOIGNANT



PESÉE



PRISE DE TENSION



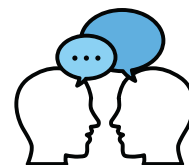
EXAMEN NÉCESSAIRE

2

RENDEZ-VOUS AVEC LE MÉDECIN CARDIOLOGUE



ENTRETIEN



SUIVI DU TRAITEMENT



3



RENDEZ-VOUS AVEC L'ENSEIGNANT EN ACTIVITÉ PHYSIQUE

SÉANCES ÉDUCATIVES

SÉANCES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

4



RENDEZ-VOUS AVEC LA DIÉTÉTICIENNE

SÉANCES ÉDUCATIVES

ENTRETIEN ET MISE EN APPLICATION

3.

MES MÉDICAMENTS

PRENDRE SES MÉDICAMENTS TOUS LES JOURS, RESPECTER LES INDICATIONS DONNÉES EN PHARMACIE ET PRESCRIT PAR LE MÉDECIN



MATIN
1.0.0



MIDI
0.1.0



SOIR
0.0.1

ENTRESTO



FORXIGA



JARDIANCE



PERINDOPRIL



BISOPROLOL



ALDACTONE

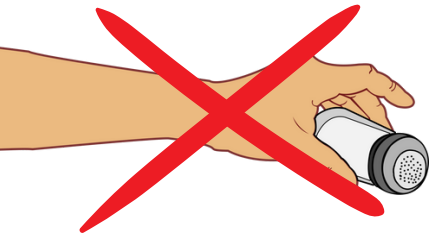


4. LE RÉGIME HYPOSODÉ EST AUSSI UN TRAITEMENT

LE SEL SE CACHE PARTOUT



NE PAS RAJOUTER DE SEL



LE LASILIX EST UN TRAITEMENT QUI ÉLIMINE L'EAU



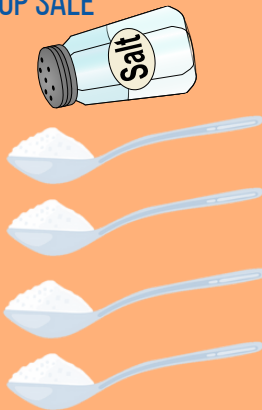
LE REPAS EST PEU SALÉ



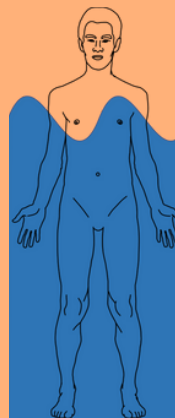
PAS DE RÉTENTION D'EAU, PAS D'OEDÈME



LE REPAS EST TROP SALÉ



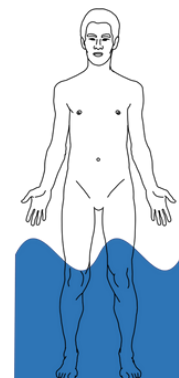
RÉTENTION D'EAU, OEDÈME



LA SOLUTION, LE LASILIX



DIMINUE LA RÉTENTION D'EAU ET DES OEDÈMES



5.

LES EXAMENS DISPONIBLES

MAPA

- ANALYSE DE LA TENSION SUR 24HEURES À LA MAISON



HOLTER

- ANALYSE DU COEUR SUR 24HEURES À LA MAISON



CURE DE VITAMINE

CURE DE FER

- 2 - 3 HEURES DE TEMPS EN HOPITAL DE JOUR



ECG

- ANALYSE DU COEUR AU REPOS



ÉCHOGRAPHIE



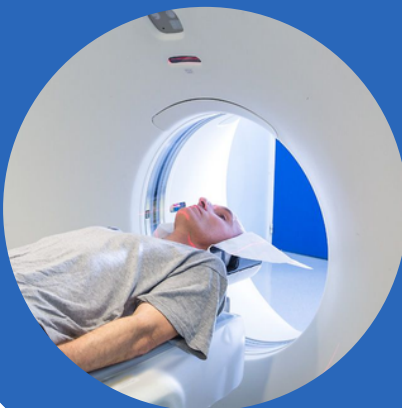
TEST À L'EFFORT

- CONTROLE DU COEUR À L'EFFORT
- ESSAYER DE VENIR EN TENUE DE SPORT
- VÉLO OU MARCHÉ



COROSCANNER

- IMAGERIE DU COEUR
- PERFUSION



ÉVACUATION SANITAIRE

TEL : 0269618604

- DÉPART DE MAYOTTE



- ARRIVÉE LA RÉUNION



ORGANISATION

APPEL POUR LA DATE

APPEL LA VEILLE DU DÉPART



DONNER LE CONTACT DE LA FAMILLE À LA RÉUNION ET À MAYOTTE

- ALLER

- RETOUR



PETITE VALISE CABINE



PAPIERS D'IDENTITÉ



PAS DE NOURRITURE



LOCAL EVASAN

À COTÉ DES URGENCES

RETOUR ORGANISÉ

PAR LA CLEM DE LA RÉUNION



6 HEURES

LES INDISPENSABLES

- CARNET DE SANTÉ
- DERNIERE ORDONNANCE
- DOSSIER EVASAN
- VÊTEMENTS ET AFFAIRES DE DOUCHE
- PULL POUR L'AVION

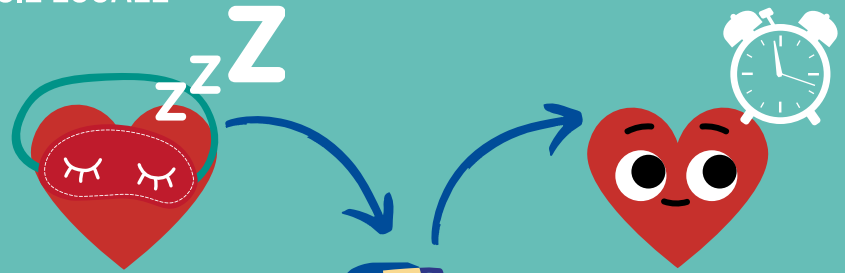
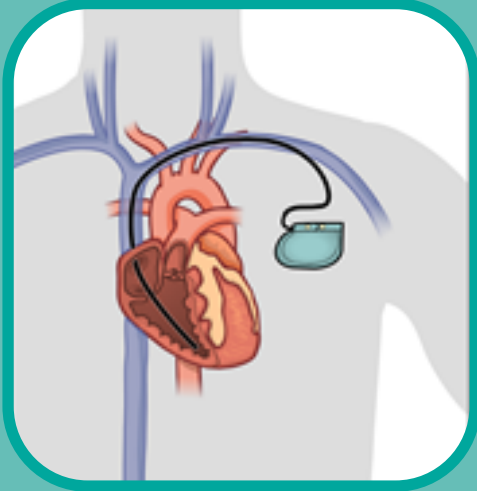


- RÉCUPÉRER SON CARNET
- DÈS LE RETOUR, RAMENER LES RÉSULTATS DANS LE SERVICE DE CARDIOLOGIE SANS RENDEZ-VOUS

7. LES EXAMENS POSSIBLES À LA RÉUNION

POSE D'UN PACEMAKER/DEFIBRILLATEUR = STIMULATEUR CARDIAQUE

EXAMEN RÉALISÉ SOUS ANESTHÉSIE LOCALE



- PAUSE DU COEUR,
 - ARYTHMIE
- = MALAISE

- STIMULE LE COEUR
- CHOC ELETRIQUE

PACEMAKER
DEFIBRILLATEUR

CORONAROGRAPHIE

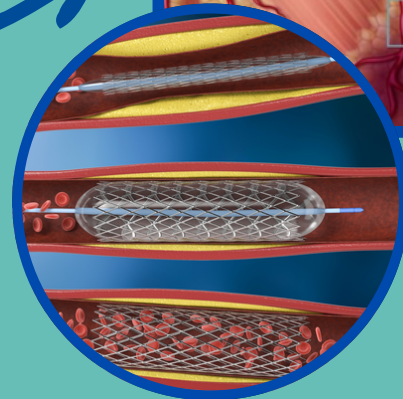
EXAMEN POUR ALLER VOIR LES ARTÈRES DU COEUR SOUS ANESTHÉSIE LOCALE



DOULEURS DANS LA POITRINE,
UNE ARTÈRE DU COEUR EST
PEU ÊTRE BOUCHÉE



SI UNE ARTÈRE EST BOUCHÉE, ON MET EN
PLACE UN STENT = UN GRILLAGE POUR
OUVRIR L'ARTÈRE



AUTRES

- D'AUTRES EXAMENS NE SONT PAS DISPONIBLES SUR MAYOTTE COMME L'IRM DU COEUR

MES CONSEILS QUOTIDIENS

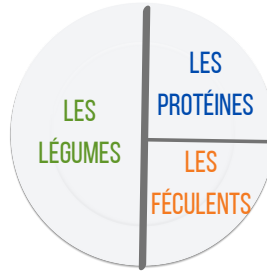


1.

MES CONSEILS DIÉTÉTIQUES



ASSIETTE ÉQUILBRÉE



RECOMMANDATION
POUR TOUTE LA
FAMILLE

LES LÉGUMES

1/2 ASSIETTE PAR REPAS

BRED / FÉLIKI MAFANA 	COURGETTE 	CONCOMBRE 	AUBERGINE / BENGANI 	MATABA 	LAITUE / BETSAYI 	
HARICOT VERT 	TOMATES / TAMATI 	COURGES / TRANGO 	POIVRONS 	POIREAUX 	CHAMPIGNONS 	
CARROTE / CARROTI 	BÉTRAVE 	BRED / FELIKI MVOUQUÉ 	CHOUX 	PAPAYE VERTE / PAPAYA MBITSI 	MANGUE VERTE / MANGA MBITSI 	
						<i>Les légumes</i> Les 2 poings réunis

LES FÉCULENTS

1/4 ASSIETTE PAR REPAS

FRUIT À PAIN / FRAMPÉ 	MANIOC / MHOGO 	RIZ / CHAHOULA 	PÂTES / PATI 	MAÏS / MRAMA 	POMME DE TERRE 	
BANANE / TROVI YA VISSOI 	SEMOULE 	BLÉ 	PAIN / DIPÉ 	BEREDRE 	PATATE DOUCE / BATATA 	
						<i>Les féculents cuits</i> La surface du poing fermé

LES PROTÉINES

1/4 ASSIETTE PAR REPAS

OEUF / MAJOUAYI 	BOEUF / NGNAMA YA NGNOMBÉ 	DINDE OU POULET / KOUHOU 	POISSON / FI 	VIVANO 	SARDINE 	
PETIT POIS 	LENTILLES 	HARCIOTS 	FRUIT OLÉAGINEUX / PENATSI 	POIS CHICHE 	THON / KAWA 	
						<i>Les protéines</i> La paume de la main

FROMAGE



Le fromage
La taille d'un pouce

MATIÈRES GRASSES



Les matières grasses
La taille de 2 phalanges

AUGMENTER



FÉNESSI



NADZI



ZAVOCA



LITCHI



MANGA



PITAYA



MASSINDZA



CONO CONO



PWERA



FRUIT DE LA PASSION



TROUNDRA



OUHAJOU



PAPAYA



OUHAJOU



NDRIMOU



NANASSI



KIWI



LONGANI



RAISIN



POMME



CONO CONO



Les fruits
La surface du poing fermé

RÉDUIRE



YAOURT À BOIRE



SODA



BOISSON ÉNERGISANTE



JUS DE FRUIT



ALCOOL



LAIT CAILLÉ



YAOURT SUCRÉ



SUCRIÈRE



PAIN AU CHOCOLAT



SAMOUSA



KEBAB



CHIPS



DZIYA LA BOITI



PLAT INDUSTRIEL



CHARCUTERIE



GATEAUX

REMPLENER PAR



YAWISSOI



YA ROHOTSEWA



SAMOULI



MATRA



VOULÉ/ OUBOHA



CHINGO



ZANA



CHOUROUNGOU



MABAWA



MAVAJA



FERERE/OUBOU



CHAOULA



2. MES CONSEILS EN ACTIVITÉ PHYSIQUE

ACTIVITÉ PHYSIQUE = SPORT + EXERCICES QUOTIDIENS

30 MINUTES PAR JOUR D'ACTIVITÉ

DIMINUE LES DOULEURS DE DOS, LA FATIGUE ET L'ESOUFFLEMENT



AUGMENTE LA QUALITÉ DU SOMMEIL



MARCHE



SANTÉ MENTALE



RENFORCEMENT MUSCULAIRE



EXERCICES QUOTIDIENS

HABITUDES ACTIVES

DIMINUER LES SITUATIONS PRÉSENTÉES EN GRIS POUR PRÉFÉRER CELLES EN VERT



ETRE ASSIS/WUKESSI



DEBOUT/HIMA



DANSER / UZINA
HAWULIMBALA



TÉLÉPHONER DEBOUT/
TELEFONI HAWULIMBALA



DISCUTER DEBOUT /
HADISSI HAWULIMBALA



FAIRE LA PRIÈRE ASSIS /
SWALA HAWUKESSI

FAIRE LA PRIÈRE DEBOUT /
SWALA HAWULIMBA



SE GARER PRÈS DU MAGASIN / WUZIYAKARIBU



PRENDRE SA DOUCHE
ASSIS / WHOWA

PRENDRE SA DOUCHE DEBOUT
/ WIDA HAMIDROU



SE GARER PLUS LOIN POUR MARCHER / ZIYABALI
PARE WINDRE PAVI



PRENDRE LES ESCALATORS OU
L'ASSENEUR / RAHANA SENSEUR AOU
ESCALATOR

PRENDRE L'ESCALIER /
TSAHOUWA LASIKALIYE



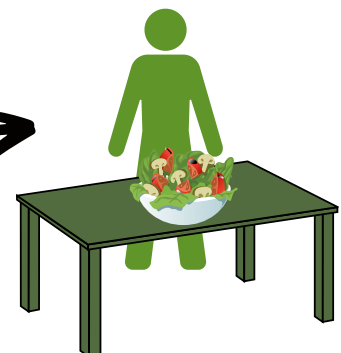
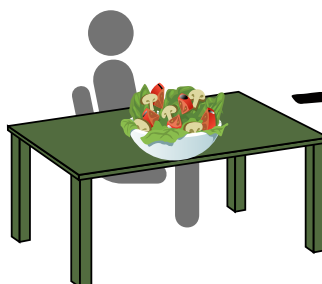
OU /
AOU

MARCHER / WIDA
HAMIDROU

VOITURE



PRENDRE LE VÉLO / OU PASHIA
BICYCLETTE



FAIRE LA CUISINE ASSIS /
WUPIHA HAWUKITSI

FAIRE LA CUISINE DEBOUT
/ WUPIHA WULIMBALA

3. MON HYGIÈNE DE VIE ET MA GROSSESSE



DORMIR 8 H
AVEC OU SANS SIESTE



SURPOIDS OU OBÉSITÉ
ATTENTION AUX QUANTITÉS



MANGER VARIÉ ET ÉQUILIBRÉ



ARRÊT DU TABAC



BOUGER



ÉVITER LA CONSOMMATION
D'ALCOOL



ASSOCIATION MAECHA NEMA
MANGER SAIN, BOUGER MALIN



RÉDIAB PRÉVENTION ET CONSEILS
YLANG 976 DIABÈTE ET HYPERTENSION
RÉSEAU DIABÈTE MAYOTTE

MA GROSSESSE

- GROSSESSE EN COURS
- PROJET DE GROSSESSE



CERTAINS MÉDICAMENTS
SONT TOXIQUES POUR LE
BÉBÉ

PRENEZ RENDEZ-VOUS
LE PLUS TÔT POSSIBLE



MALADIES SOUVENT ASSOCIÉES

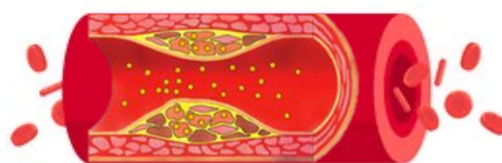
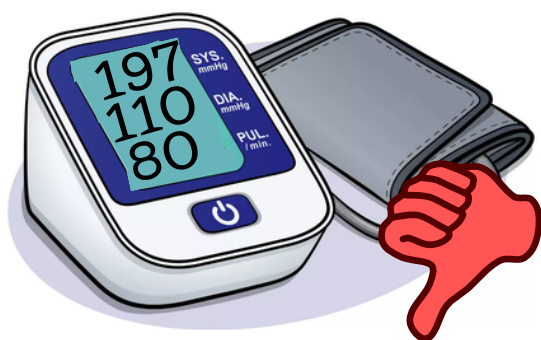


1. L'HTA : HYPERTENSION ARTÉRIELLE

HYPERTENSION = TENSION SUPÉRIEUR À 135/80 PLUSIEURS FOIS



- DE PRESSION



+ DE PRESSION



DÉPISTAGE PRÉCOCE, DEMANDEZ QUAND VOUS VOYEZ UN MÉDECIN

MALADIE GRAVE



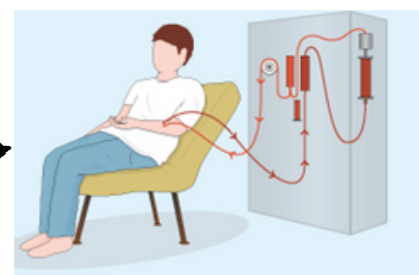
- MALADIE ASYMPTOMATIQUE , TRÈS FRÉQUENTE
- LA DÉCOUVERTE EST FAITE CHEZ LE MEDECIN

CONSÉQUENCES ET RISQUES

RISQUE D'AVC



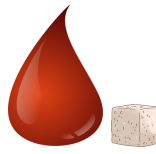
RISQUE D'INSUFFISANCE RÉNALE



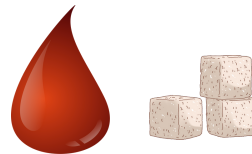
- SUIVRE LES RECOMMANDATIONS POUR ÉVITER LES COMPLICATIONS

CONTRÔLE DU SUCRE DANS LE SANG : LA GLYCÉMIE

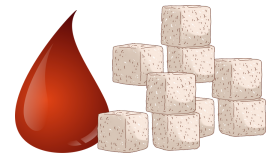
WUGALIYE YI SUCARI



PAS DE DIABÈTE



PRÉ-DIABÈTE



DIABÈTE

SIGNES D'ALERTE

HYPOGLYCÉMIE



SOUVENT DU À L'INSULINE

HYPERGLYCÉMIE



PERTE DE POIDS



SUEUR PALEUR



URINE ABONDANTE



MALAISE



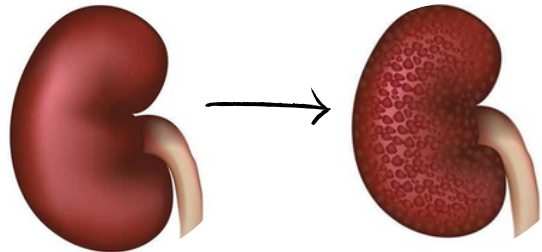
SOIF INTENSE



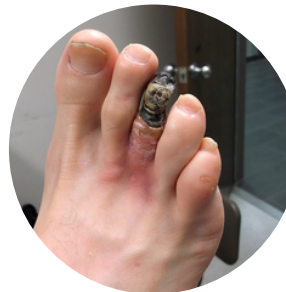
TROUBLE DU COMPORTEMENT

CONSÉQUENCES

RISQUE POUR LES REINS



PIEDS DIABÉTIQUES



TROUBLE DE LA VISION



CHM SERVICE EMET
CENTRE HOSPITALIER DE MAYOTTE

TOUT SAVOIR SUR LE DIABÈTE

CONTACT

EMET@CHMAYOTTE.FR

TEL : 02 69 61 80 00

POSTE : 5034 / 5033

3.

L'AVC : ACCIDENT VASCULAIRE CÉRÉBRAL



RISQUE AUGMENTÉ PAR

HTA

DIABÈTE

CHOLESTÉROL

MAUVAISE HYGIÈNE DE VIE

SIGNES D'ALERTE



BOUCHE QUI PART SUR LE COTÉ



DIFFICULTÉ À PARLER



MOTS DE TÊTE



ÉTOURDISSEMENT



PLUS FAIBLE D'UN COTÉ DU CORPS

URGENT
4 HEURES POUR AGIR



15

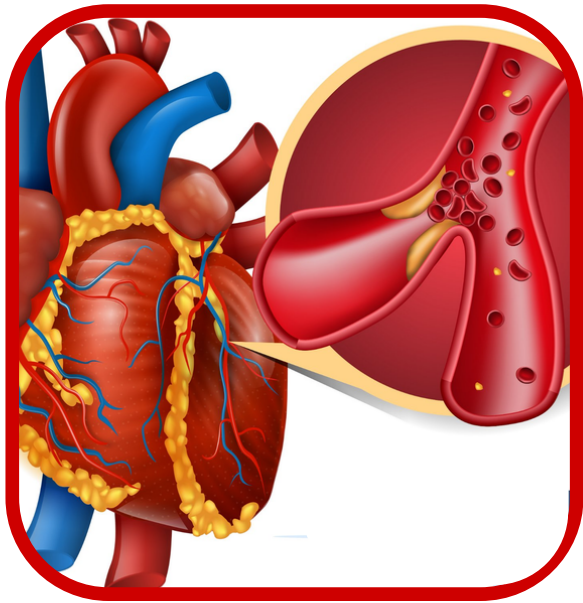
112

FAITES VITE



4.

L'INFARCTUS DU MYOCARDE



RISQUE AUGMENTÉ PAR

HTA

DIABÈTE

CHOLESTÉROL

MAUVAISE HYGIÈNE DE VIE

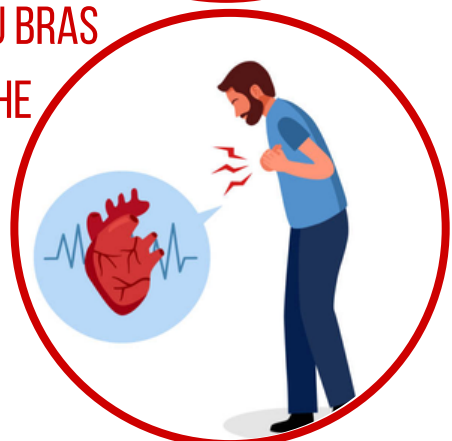
SIGNES D'ALERTE



DOULEUR
THORACIQUE



DOULEUR AU
NIVEAU DU BRAS
GAUCHE



PALPITATIONS,
DIFFICULTÉ À
RESPIRER

URGENT



15
18
112

- GARDEZ VOTRE CALME
- RESTEZ AU REPOS
- PRÉPAREZ VOS PAPIERS D'IDENTITÉ ET ORDONNANCES

5. CONSEILS POUR LES MALADIES ASSOCIÉES

RECOMMANDATION GÉNÉRALE

PRENDRE SES MÉDICAMENTS

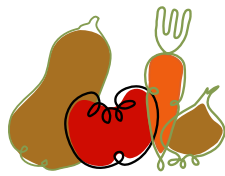
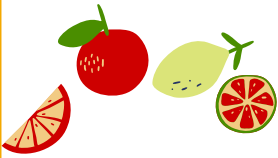
TOUS LES JOURS



LIMITER LA SÉDENTARITÉ PRÉFÉRER L'ACTIVITÉ



ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE



LIMITER L'ALCOOL ET LE TABAC



DORMIR



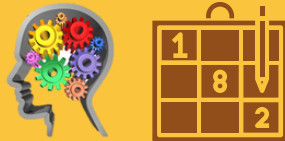
AVC

3 MOIS DE RÉÉDUCATION INTENSIVE À LA MAISON OU EN SOIN DE SUITE

KINÉSITHÉRAPEUTE

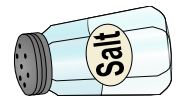


TRAVAILLER LE
CERVEAU



HTA

LIMITER LE SEL



IDENTIQUE QUE POUR L'INSUFFISANCE
CARDIAQUE

INFARCTUS DU MYOCARDE

LIMITER LES GRAISSES



DIABÈTE

LIMITER LE SUCRE






APPRENDRE À CONTROLER SON DIABÈTE






SUIVIS
TRAITEMENTS
TRANSMISSIONS
RENDEZ - VOUS



MON TRAITEMENT ACTUEL

DATE	NOM DU MÉDICAMENT ET DÉNOMINATION COMMUNE INTERNATIONALE (CLASSE DU MÉDICAMENT)	DOSAGE	COMPRIMÉS		
			MATIN 	MIDI 	SOIR 

LES MODIFICATIONS EVENTUELLES DE MON TRAITEMENT

DATE	NOM DU MÉDICAMENT ET DÉNOMINATION COMMUNE INTERNATIONALE (CLASSE DU MÉDICAMENT)	DOSAGE	COMPRIMÉS		
			MATIN 	MIDI 	SOIR 

LES MODIFICATIONS EVENTUELLES DE MON TRAITEMENT

DATE	NOM DU MÉDICAMENT ET DÉNOMINATION COMMUNE INTERNATIONALE (CLASSE DU MÉDICAMENT)	DOSAGE	COMPRIMÉS		
			MATIN 	MIDI 	SOIR 

LES MODIFICATIONS EVENTUELLES DE MON TRAITEMENT

DATE	NOM DU MÉDICAMENT ET DÉNOMINATION COMMUNE INTERNATIONALE (CLASSE DU MÉDICAMENT)	DOSAGE	COMPRIMÉS		
			MATIN 	MIDI 	SOIR 

DATE	PROFESSION / PROBLÈMES DÉTECTÉS	INFORMATIONS / QUESTIONNEMENT

DATE	PROFESSION / PROBLÈMES DÉTECTÉS	INFORMATIONS / QUESTIONNEMENT

3.

MES RENDEZ-VOUS

DATE	PRISE DE SANG	MOTIF DU RENDEZ-VOUS	COMMENTAIRES
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		

- **AU DÉBUT UNE CONSULTATION TOUS LES 15 JOURS POUR ADAPTER LES MÉDICAMENTS (TITRATION)**
- **PUIS SUIVIS CARDIOLOGIQUE TOUS LES 3 À 6 MOIS**
 - **SI L'ORDONNANCE EST TERMINÉE. VOIR UN MÉDECIN POUR RENOUVELER LES MÉDICAMENTS OU VENIR EN CARDIOLOGIE POUR REFAIRE L'ORDONNANCE**
 - **SI AUCUN AUCUN RENDEZ-VOUS N'EST PROGRAMMÉ. APPELER LE 0269665802 POUR PRENDRE RDV**

DATE	PRISE DE SANG	MOTIF DU RENDEZ-VOUS	COMMENTAIRES
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		

- **AU DÉBUT UNE CONSULTATION TOUS LES 15 JOURS POUR ADAPTER LES MÉDICAMENTS (TITRATION)**
- **PUIS SUIVIS CARDIOLOGIQUE TOUS LES 3 À 6 MOIS**
 - **SI L'ORDONNANCE EST TERMINÉE. VOIR UN MÉDECIN POUR RENOUVELER LES MÉDICAMENTS OU VENIR EN CARDIOLOGIE POUR REFAIRE L'ORDONNANCE**
 - **SI AUCUN AUCUN RENDEZ-VOUS N'EST PROGRAMMÉ. APPELER LE 0269665802 POUR PRENDRE RDV**

3.

MES RENDEZ-VOUS

DATE	PRISE DE SANG	MOTIF DU RENDEZ-VOUS	COMMENTAIRES
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		

- AU DÉBUT UNE CONSULTATION TOUS LES 15 JOURS POUR ADAPTER LES MÉDICAMENTS (TITRATION)
- PUIS SUIVIS CARDIOLOGIQUE TOUS LES 3 À 6 MOIS
 - SI L'ORDONNANCE EST TERMINÉE. VOIR UN MÉDECIN POUR RENOUVELER LES MÉDICAMENTS OU VENIR EN CARDIOLOGIE POUR REFAIRE L'ORDONNANCE
 - SI AUCUN RENDEZ-VOUS N'EST PROGRAMMÉ. APPELER LE 0269665802 POUR PRENDRE RDV

DATE	PRISE DE SANG	MOTIF DU RENDEZ-VOUS	COMMENTAIRES
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		
/ /	/ /		

- **AU DÉBUT UNE CONSULTATION TOUS LES 15 JOURS POUR ADAPTER LES MÉDICAMENTS (TITRATION)**
- **PUIS SUIVIS CARDIOLOGIQUE TOUS LES 3 À 6 MOIS**
 - **SI L'ORDONNANCE EST TERMINÉE. VOIR UN MÉDECIN POUR RENOUELER LES MÉDICAMENTS OU VENIR EN CARDIOLOGIE POUR REFAIRE L'ORDONNANCE**
 - **SI AUCUN AUCUN RENDEZ-VOUS N'EST PROGRAMMÉ. APPELER LE 0269665802 POUR PRENDRE RDV**



ORDONNANCES

ASSOCIATION À BUT NON LUCRATIF



VIDÉO



ANNUAIRE



FORUM DE DISCUSSION



INFORMATIONS
MALADIES CARDIAQUES



FACEBOOK/ YOU TUBE



LIENS UTILES



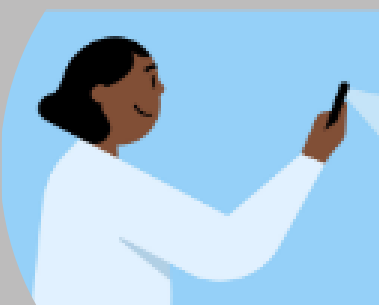
FICHES CONSEILS



Cardio
Mayotte

ars
Agence Régionale de Santé
Mayotte

SCAN MOI



ACCÈS DIRECT SUR LE SITE
CARDIOMAYOTTE.FR
POUR EN SAVOIR PLUS SUR
L'INSUFFISANCE CARDIAQUE