FEUILLET D'INFORMATION DESTINÉ AUX PATIENTS. N'hésitez pas à reproduire et à faire circuler ce feuillet.

Prise en charge des coronaropathies chroniques

Vous pouvez maîtriser plus efficacement la coronaropathie chronique en faisant des choix sains et en prenant toujours vos médicaments de la manière recommandée par votre clinicien.

MODE DE VIE SAIN

Choix alimentaires

- Essayez de réduire votre consommation de gras saturés et de sel, et évitez les gras trans.
- Mangez plus de légumes, de fruits et de céréales à grains entiers.
- Limitez votre consommation de viande rouge.
- C'est la base du régime méditerranéen.

Consommation d'alcool et tabagisme

- Limitez votre consommation d'alcool à deux boissons ou moins par semaine.
- Si vous fumez, discutez avec votre clinicien des moyens d'arrêter.

Activité physique

- L'activité physique peut contribuer à augmenter la force du cœur et à améliorer son fonctionnement.
- Une meilleure forme physique peut se traduire par une diminution des symptômes de l'angine de poitrine, tels que la douleur ou l'oppression thoracique.
- L'activité physique peut également contribuer à maîtriser l'hypertension artérielle et le diabète.
- Essayez de faire au moins 150 minutes d'activité physique par semaine.

Vaccinations

- Vérifiez auprès de votre médecin que vos vaccins sont à jour.
- Certains vaccins, comme le vaccin annuel contre la grippe, peuvent réduire le risque de crise cardiaque chez les personnes atteintes d'une coronaropathie chronique.

Santé mentale

- Votre santé émotionnelle a un impact important sur votre santé physique.
- Si vous vous sentez anxieux, déprimé ou stressé, parlez-en à votre clinicien.

MÉDICAMENTS

La plupart des personnes atteintes d'une coronaropathie chronique doivent prendre plusieurs médicaments. Certains médicaments servent à réduire les risques de crise cardiaque ou d'AVC; d'autres permettent de soulager les douleurs thoraciques (angine de poitrine) ou de réduire l'hypertension artérielle. L'important est de continuer à prendre vos médicaments de la manière prescrite car ils ne pourront protéger votre cœur qu'aussi longtemps que vous les prendrez.

Voici les médicaments que vous prenez peut-être déjà et leurs effets bénéfiques :

- Les statines réduisent le taux de cholestérol et diminuent le risque de crise cardiaque.
- Les antiagrégants plaquettaires et les anticoagulants préviennent la formation de caillots sanguins et réduisent le risque de crise cardiaque.
- La nitroglycérine, les bêtabloquants et les bloqueurs des canaux calciques soulagent les symptômes de l'angine de poitrine.
- Les inhibiteurs de l'enzyme de conversion de l'angiotensine (IECA), les antagonistes des récepteurs de l'angiotensine, les diurétiques et les bloqueurs des canaux calciques font baisser la tension artérielle, ce qui réduit le risque de crise cardiaque.

NOTES

© La Fondation pour l'éducation médicale continue **www.fmpe.org**

mai 2026

Sources : 1) HealthLink BC. *Coronary artery disease.* 2025. https://www.healthlinkbc.ca/healthwise/coronary-artery-disease-0#hw-medications; **2)** Writing Committee Members, Virani SS, Newby LK, et al. 2023 AHA/ACC/ACCP/ASPC/NLA/PCNA guideline for the management of patients with chronic coronary disease: a report of the American Heart Association/American College of Cardiology Joint Committee on Clinical Practice Guidelines. *J Am Coll Cardiol.* 2023;82:833-955.

La Fondation pour l'éducation médicale continue