



## Quand faut-il craindre un infarctus du myocarde ?

Le plus souvent, l'infarctus du myocarde se manifeste par :

- une douleur dans la poitrine, qui donne l'impression d'être serré(e) très fort, cette douleur pouvant irradier dans la mâchoire ou dans un bras ;
- parfois, une syncope ;
- dans certains cas particulièrement graves, un arrêt cardiaque.

Les infarctus se produisent souvent :

- pendant un effort ou dans l'heure qui suit, surtout si on fume une « cigarette réconfort après l'effort »
- quand on est exposé au froid en hiver, ou à la fraîcheur du soir pendant les intersaisons
- après un repas, surtout s'il a été « arrosé ».

Que faire en cas d'infarctus du myocarde ?

- appeler immédiatement le centre 15
- le médecin d'urgence fera un électrocardiogramme pour vérifier qu'il s'agit bien d'un infarctus et évaluer son importance.
- en fonction de l'ampleur de l'infarctus, le traitement d'urgence peut être une « thrombolyse » (injection immédiate d'un produit débouchant une artère coronaire), une intervention dans un service de chirurgie cardiaque ou la prise de médicaments empêchant l'infarctus de s'aggraver (aspirine, antiagrégants...).

Source : HAS, Ensemble, améliorons la prise en charge de l'infarctus du myocarde. Bilan 2009. Publié en avril 2009.



### Le Dico du doc

## Myocarde

Nom du muscle cardiaque.

Si le cœur peut « battre », c'est-à-dire se contracter puis se relâcher plusieurs dizaines de fois par minute, c'est au myocarde qu'il le doit. Comme tous les muscles, le myocarde a besoin d'oxygène pour fonctionner. Cet oxygène lui est apporté par des petites artères (baptisées « artères coronaires » parce qu'elles forment une sorte de couronne autour du cœur) alimentées directement par l'aorte, la très grosse artère qui sort du cœur.

Quand les artères coronaires sont en partie bouchées, un effort inhabituel suffit à créer un manque d'oxygène provoquant une douleur musculaire au niveau du myocarde, « l'angine de poitrine ».

Si une des artères coronaires se bouche, une partie du myocarde manque durablement d'oxygène et est détruit au bout de quelques heures. On parle alors « d'infarctus du myocarde ». La cause la plus fréquente d'un tel bouchon est l'athérosclérose. Il s'agit de dépôts de graisse solidifiée, favorisés notamment par l'excès de graisse dans le sang (cholestérol, triglycérides), la consommation de tabac ou le diabète sucré.

Source : Open Rome

### Météo antibio

Risques

- Grippe épidémique
- Bronchiolite en baisse
- Inf respiratoire en hausse
- Gastro-entérite moyen
- Allergies pollens très faible

Source : <http://www.grog.org>  
et <http://www.pollens.fr>

### Grippe : début d'épidémie

Selon le Réseau des GROG, la grippe est épidémique en Provence-Alpes-Côte d'Azur, Languedoc-Roussillon et Ile-de-France et progresse dans presque toutes les autres régions.

#### Que faire en pratique ?

*Efficacité du vaccin.*

Le virus grippal qui circule est similaire à l'un de ceux qui sont dans le vaccin. Les personnes vaccinées sont bien protégées.

*Pour éviter la grippe*

- se laver soigneusement les mains
- prendre un antiviral (sur ordonnance) en cas de contact avec une personne grippée

*Si vous avez la grippe*

- se laver les mains et porter un masque pour ne pas transmettre le virus.
- prendre un antiviral spécifique dès l'apparition des signes infectieux, pour diminuer la durée et l'intensité de l'infection. A défaut, faire tomber la fièvre en prenant du paracétamol.

Source : [www.grog.org](http://www.grog.org)