

Journée mondiale de l'AVC
29 octobre 2025



Centre cérébrovasculaire
Service de neurologie



CHUV | Service de neurologie
Stroke Center



UNIL | Université de Lausanne
Faculté de biologie et de médecine

L'Accident Ischémique Transitoire (AIT) reconnaître l'urgence pour prévenir l'AVC

Iain McGurgan

Chef de clinique adjoint, Centre cérébrovasculaire
Département des neurosciences cliniques
CHUV, Lausanne

C'est quoi un AIT ?

**WORLD
STROKE
DAY** 29TH
OCT

**UN ACCIDENT
ISCHEMIQUE
TRANSITOIRE
EST UNE ALARME**



CHUV | Service de neurologie
Stroke Center



UNIL | Université de Lausanne
Faculté de biologie et de médecine

C'est quoi un AIT ?

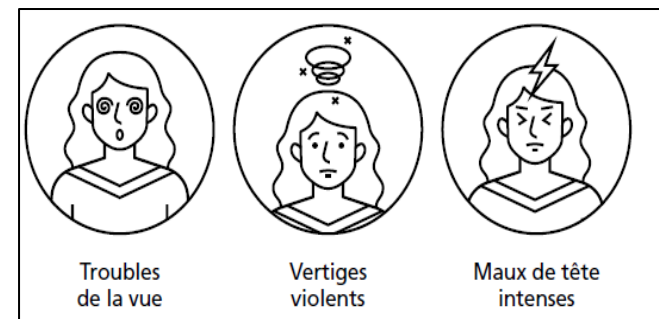
UN AIT EST UNE ALARME

Des symptômes typiques de l'AVC,
mais qui s'estompent

Signes fréquents :



Signes moins fréquents :



C'est quoi un AIT ?

**WORLD
STROKE
DAY** 29TH
OCT

UN AIT EST UNE ALARME

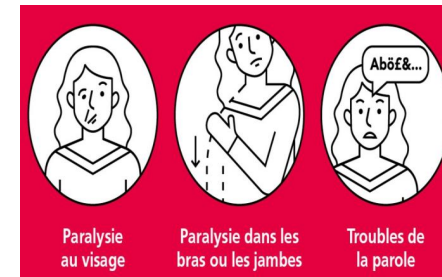
Des symptômes typiques de l'AVC,
mais qui s'estompent

Identique à l'AVC pour les mécanismes et
prévention, seule la durée diffère (>24h)

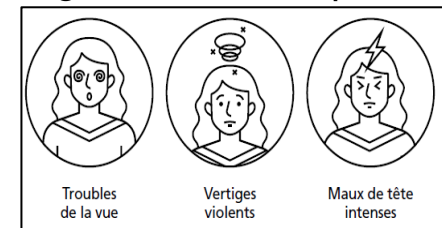
et absence de lésion cérébrale aiguë au CT ou IRM



Signes fréquents :



Signes moins fréquents :



CHUV | Service de neurologie
Stroke Center



UNIL | Université de Lausanne
Faculté de biologie et de médecine

Est-ce un AIT?

Suspecter si
apparition aiguë de:

Si les symptômes durent > 10
minutes: c'est très suspect



Paralysie (unilatérale)



Troubles de la vue



Troubles du langage

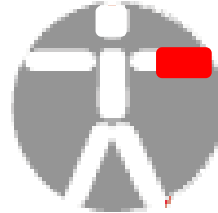


Maux de tête (→ HSA)

Est-ce un AIT?

Manifestations
plus rares d'un
AVC/AIT

Apparition aiguë de



Parésie d'une seule extrémité (distale)



Vertiges isolés

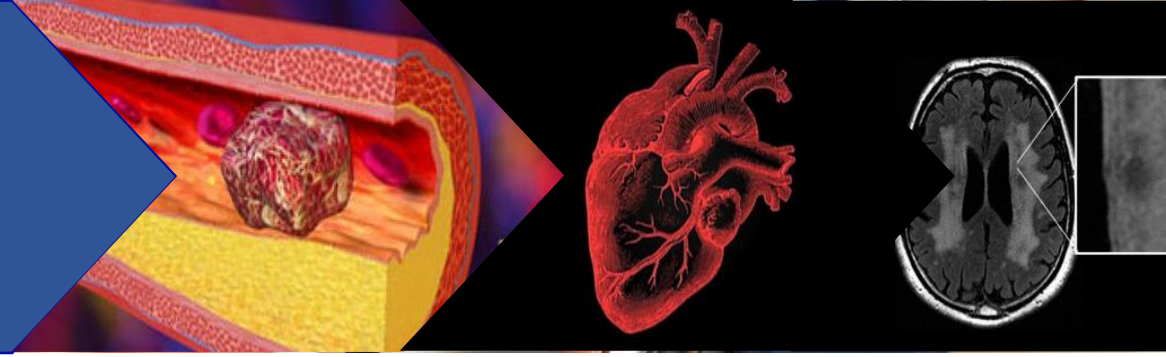


Baisse de la vigilance / coma

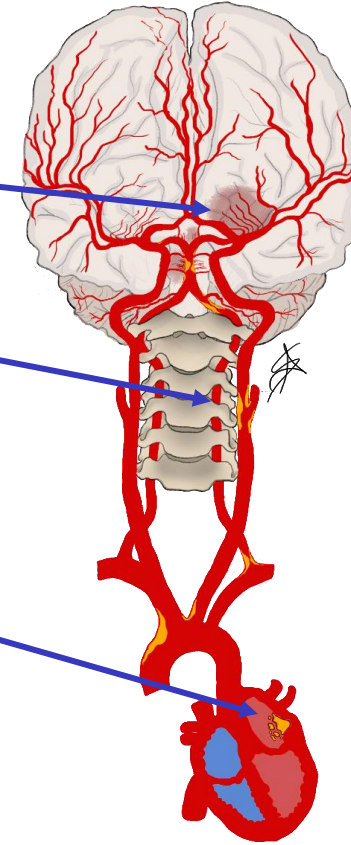


Confusion / amnésie / tr. comportement

Les causes de l'AIT

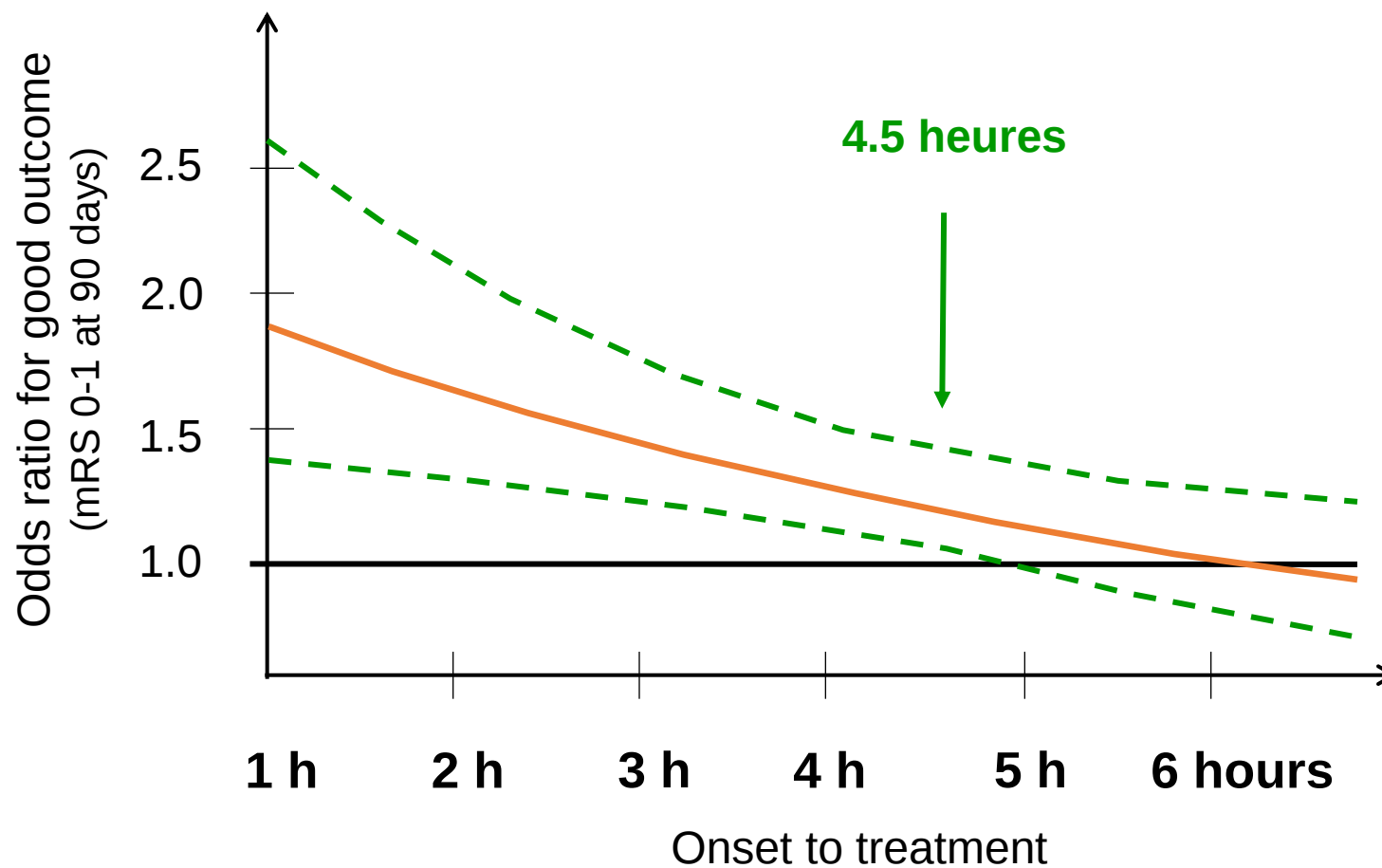


- Les petites artères sont malades et se bouchent
- Caillot se forme sur une plaque de graisse
- Caillot se forme dans le cœur
- Causes rares et mécanismes non-éclairés



Pourquoi c'est urgent ?

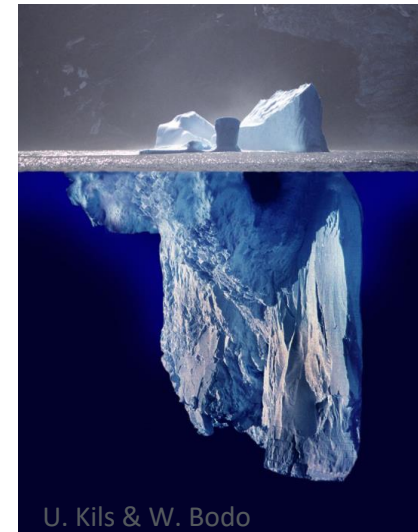
**WORLD
STROKE
DAY** 29TH
OCT



Pourquoi c'est urgent ?

**WORLD
STROKE
DAY** 29TH
OCT

Suspicion d'AIT : adresser aux urgences ?
même si les symptômes ont disparu?



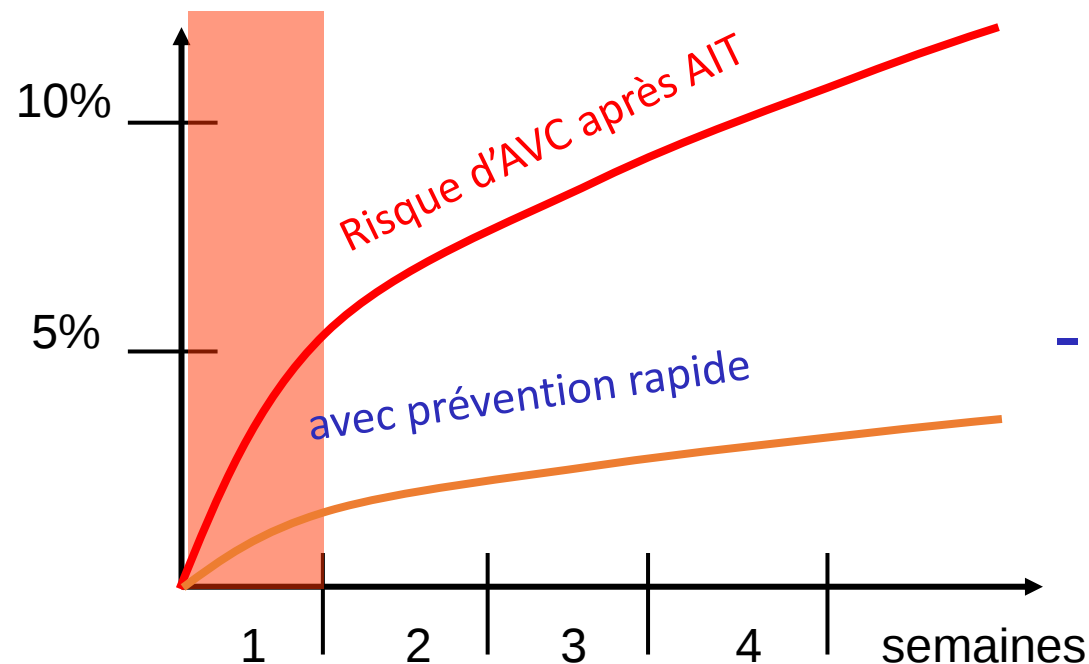
CHUV | Service de neurologie
Stroke Center



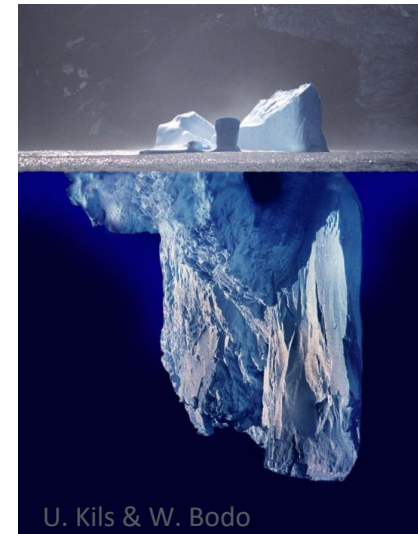
UNIL | Université de Lausanne
Faculté de biologie et de médecine

Pourquoi c'est urgent ?

WORLD
STROKE
DAY 29TH
OCT



→ Un AIT récent nécessite
une évaluation immédiate



CHUV | Service de neurologie
Stroke Center

EXPRESS, Rothwell et al. Lancet 2007.

Unil

UNIL | Université de Lausanne
Faculté de biologie et de médecine

À ne pas faire?



Ne pas attendre que « ça passe » sans appeler



Ne pas conduire soi-même aux urgences



Ne pas commencer de traitement sans avis
médicale

Ce qui se passe au CHUV

**WORLD
STROKE
DAY** 29TH
OCT

1. Évaluation par spécialistes (neurologie/centre cérébrovasculaire)
2. Imagerie et examens ciblés (artères, cœur, rythme)
3. Filière dédiée de type « Hôpital de Jour-AIT », versus hospitalisation, selon l'évaluation clinique
4. Explications et plan de prévention individualisé

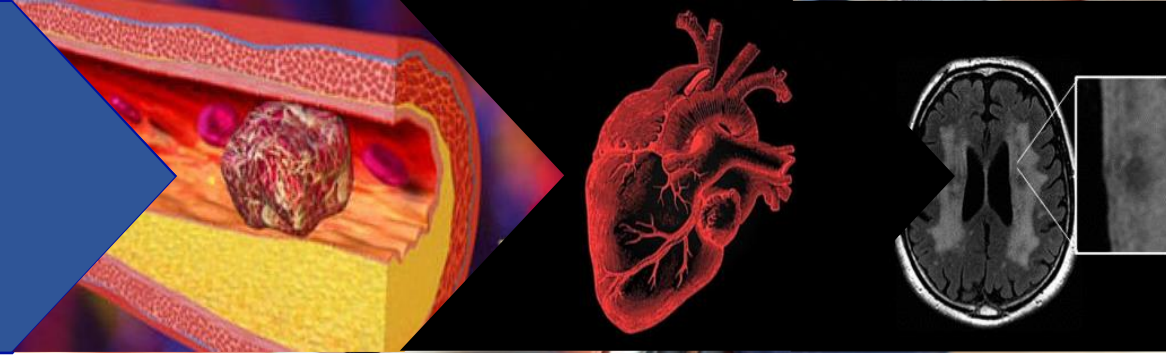


CHUV | Service de neurologie
Stroke Center



UNIL | Université de Lausanne
Faculté de biologie et de médecine

Choix du traitement

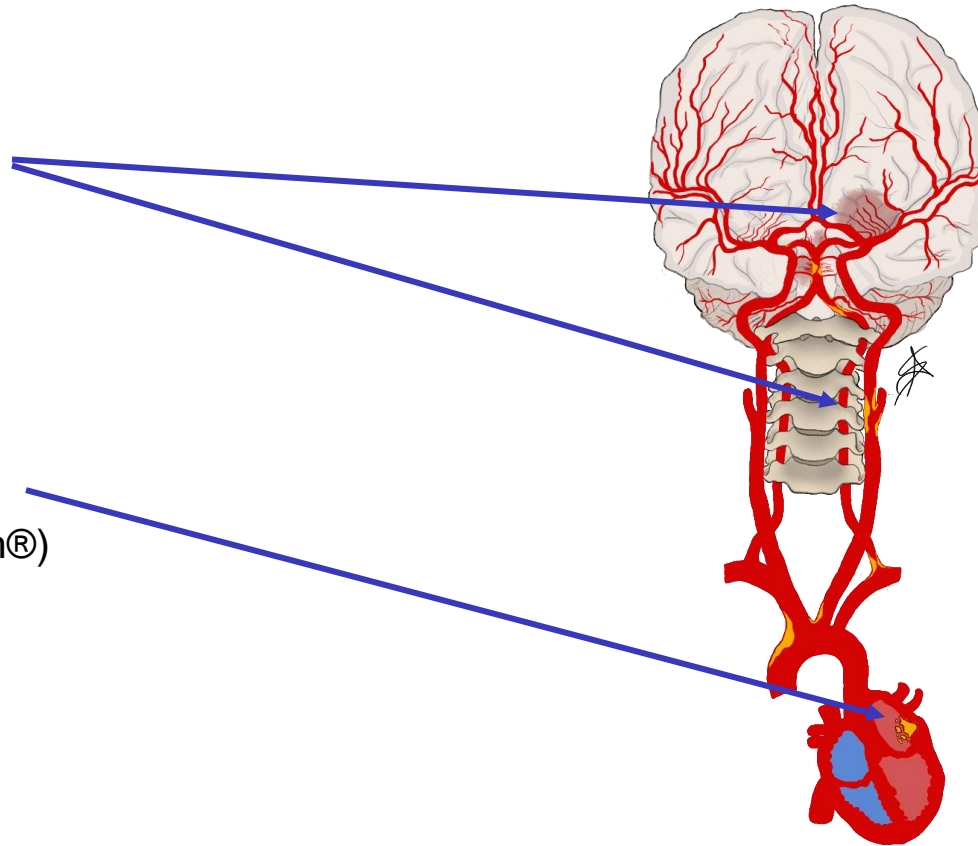


- **Antiagrégants**

Aspirine
Clopidogrel (Plavix®)

- **Anticoagulants**

Acénocoumarol (Sintrom®)
Apixaban (Eliquis®)
Dabigatran (Pradaxa®)
Edoxaban (Lixiana®)
Rivaroxaban (Xarelto®)



Prévenir l'AVC

Mesurer la tension artérielle



50% des AVC sont associés à une hypertension artérielle



Cible prévention primaire:

SYS < 130 mmHg

DIA < 80 mmHg



Prévenir l'AVC



90% des AVC peuvent être évités



Tabac



Mauvaise alimentation



Stress



Inactivité physique



Excess d'alcool



Dépistage précoce



Prévenir l'AVC

Arrêter la cigarette



Fumer 20 cigarettes multiplie x6 le risque d'AVC

- **Tabac** ↑ valeurs de mauvais cholestérol
- **Monoxyde de carbone** ↓ valeurs d'oxygène
- **Nicotine** ↑ tension artérielle et génère l'addiction

Si on arrête la cigarette:

- Après 2 ans le risque d'AVC est réduit significativement
- Après 5 ans le risque d'AVC est le même que celui d'un non-fumeur
- Après 15 ans la mortalité générale est la même que d'un non-fumeur



Arrêter de fumer vaut le coup, quel que soit votre âge



Arrêter améliore rapidement votre santé



Planifier et préparer votre arrêt augmente vos chances de réussite



Se faire accompagner par un médecin ou un-e pharmacien-ne améliore vos chances de succès



Prévenir l'AVC

Bouger plus



30 minutes 5x/semaine d'activité physique avec essoufflement
réduisent de ↓ 25% le risque d'AVC



- ↓ hypertension artérielle
- ↓ diabète
- ↓ cholestérol
- ↓ dépression
- ↓ stress



Prévenir l'AVC

Manger mieux



«**Diète Méditerranéenne**» permet de réduire de 20% le risque d'AVC

Fruits et légumes - **au moins 5x/jour**

Poissons gras (sardines, saumon) - **au moins 2x/semaine**

Noix variées et arachides - **au moins 3x/semaine**

Légumineuses (pois, lentilles) - **au moins 3x/semaine**



Prévenir l'AVC

Manger mieux



«**Diète Méditerranéenne**» permet de réduire de 20% le risque d'AVC

Viande rouge et transformée riche en graisses saturées et en sodium

Sucreries, boissons sucrées et les aliments sucre ajouté

Graisses ajoutées présents dans les gâteaux et les pâtisseries

Produits laitiers riches en matières grasses



Prévenir l'AVC

Consulter régulièrement



Essentiel afin de **calculer votre risque** cérébro-cardiovasculaire

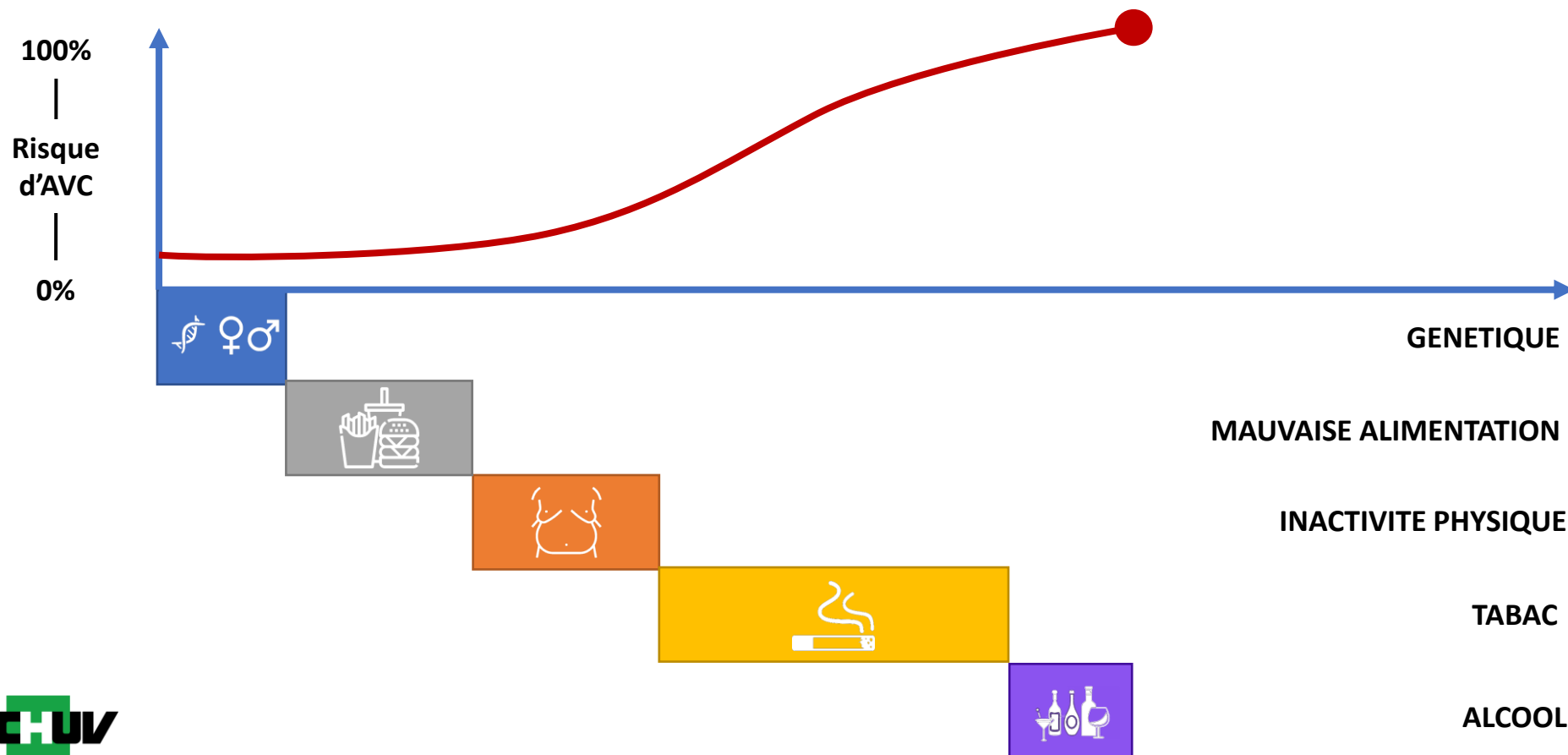
Permet le **dépistage précoce** des pathologies pouvant causer un AVC:

- Hypertension artérielle
- Diabète
- Fibrillation auriculaire
- Maladie athérosclerotique



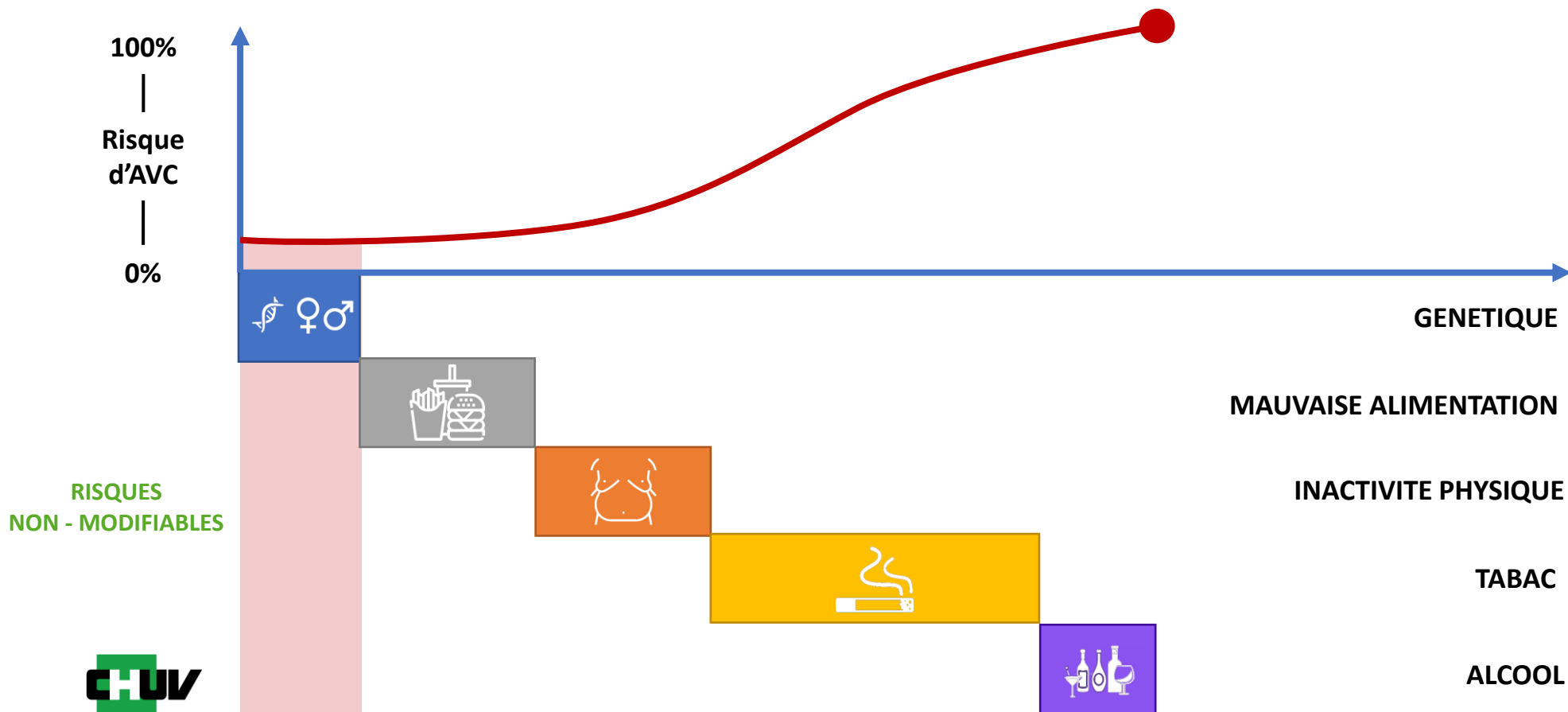
Prévenir l'AVC

Comment commencer



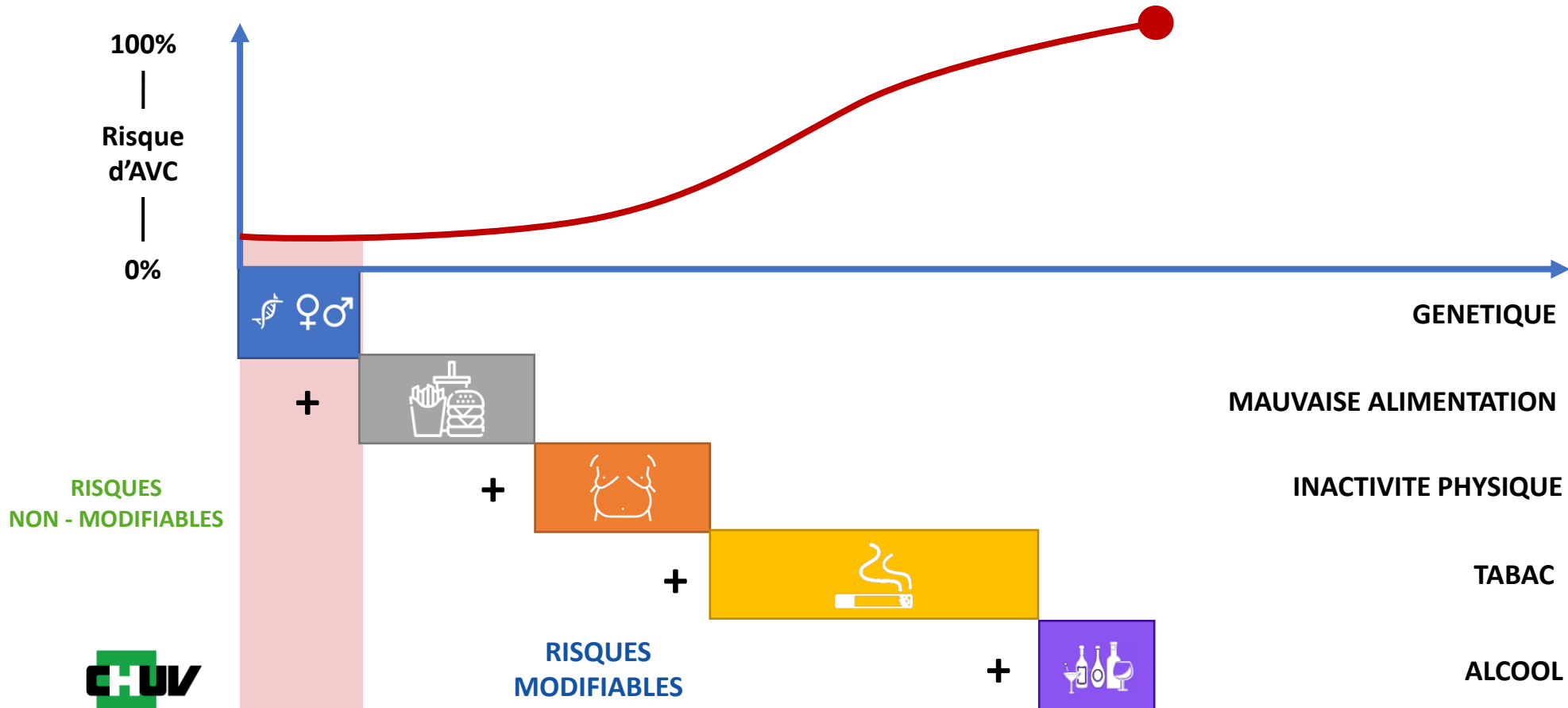
Prévenir l'AVC

Comment commencer



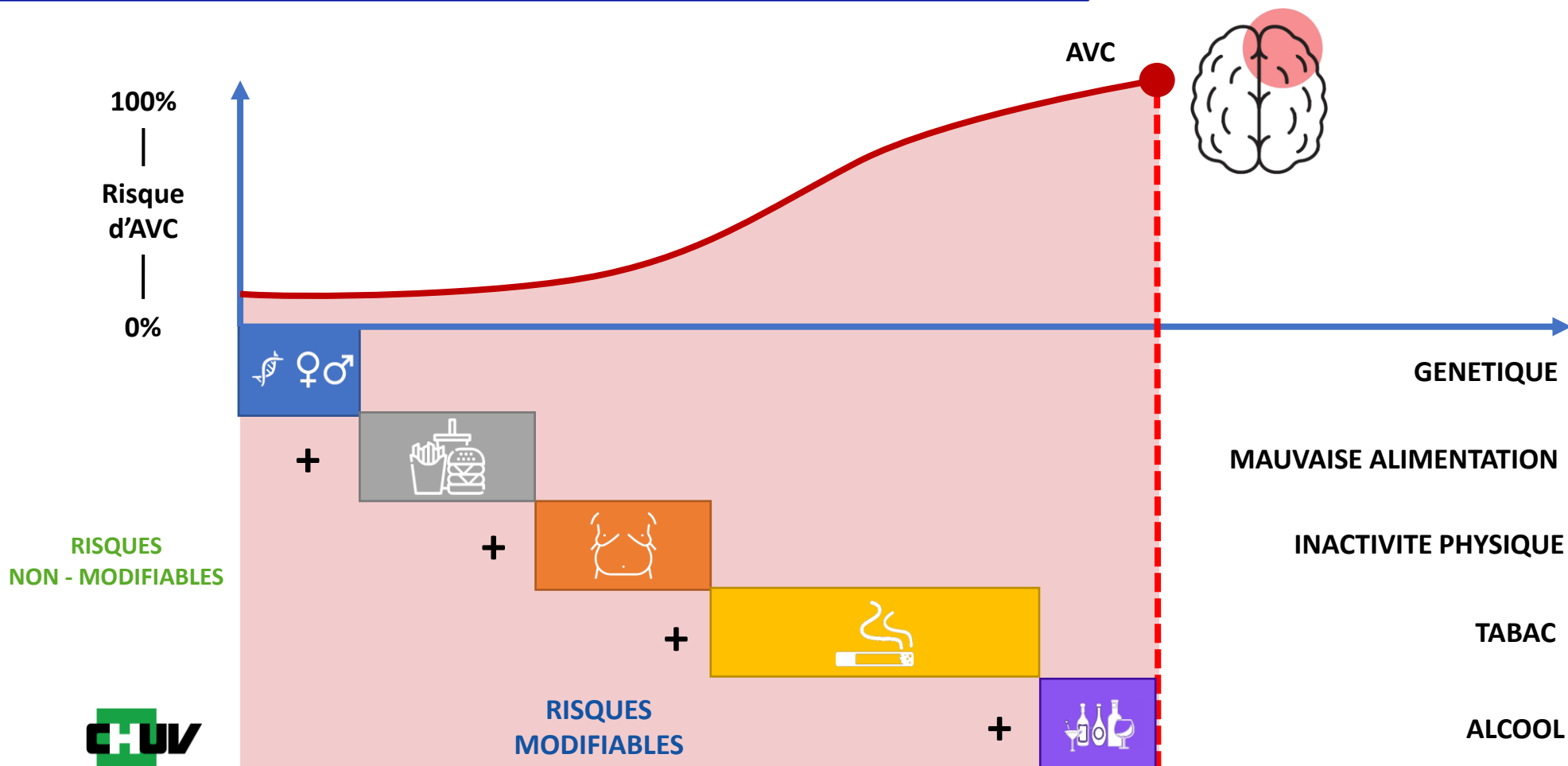
Prévenir l'AVC

Comment commencer



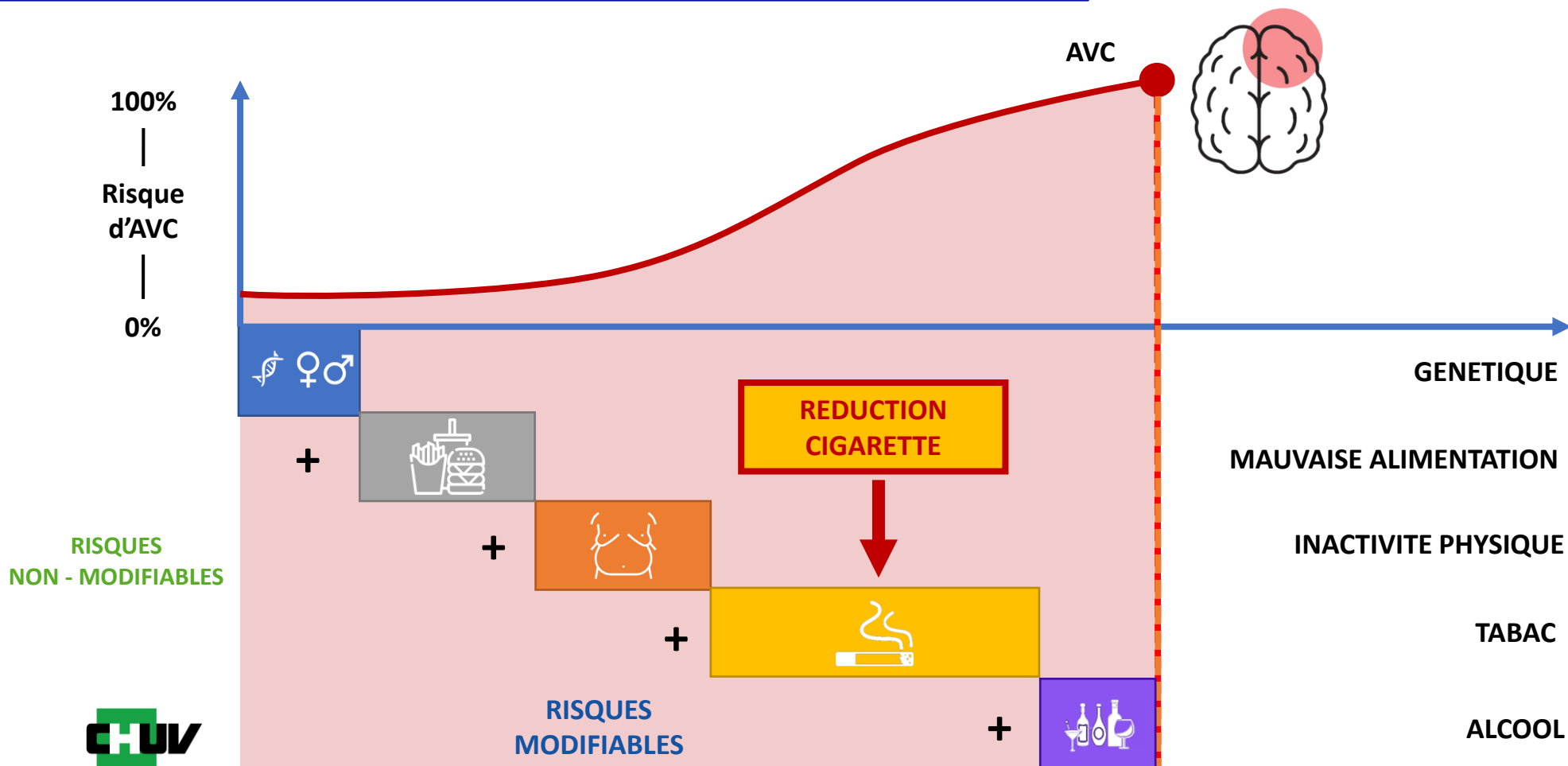
Prévenir l'AVC

Comment commencer



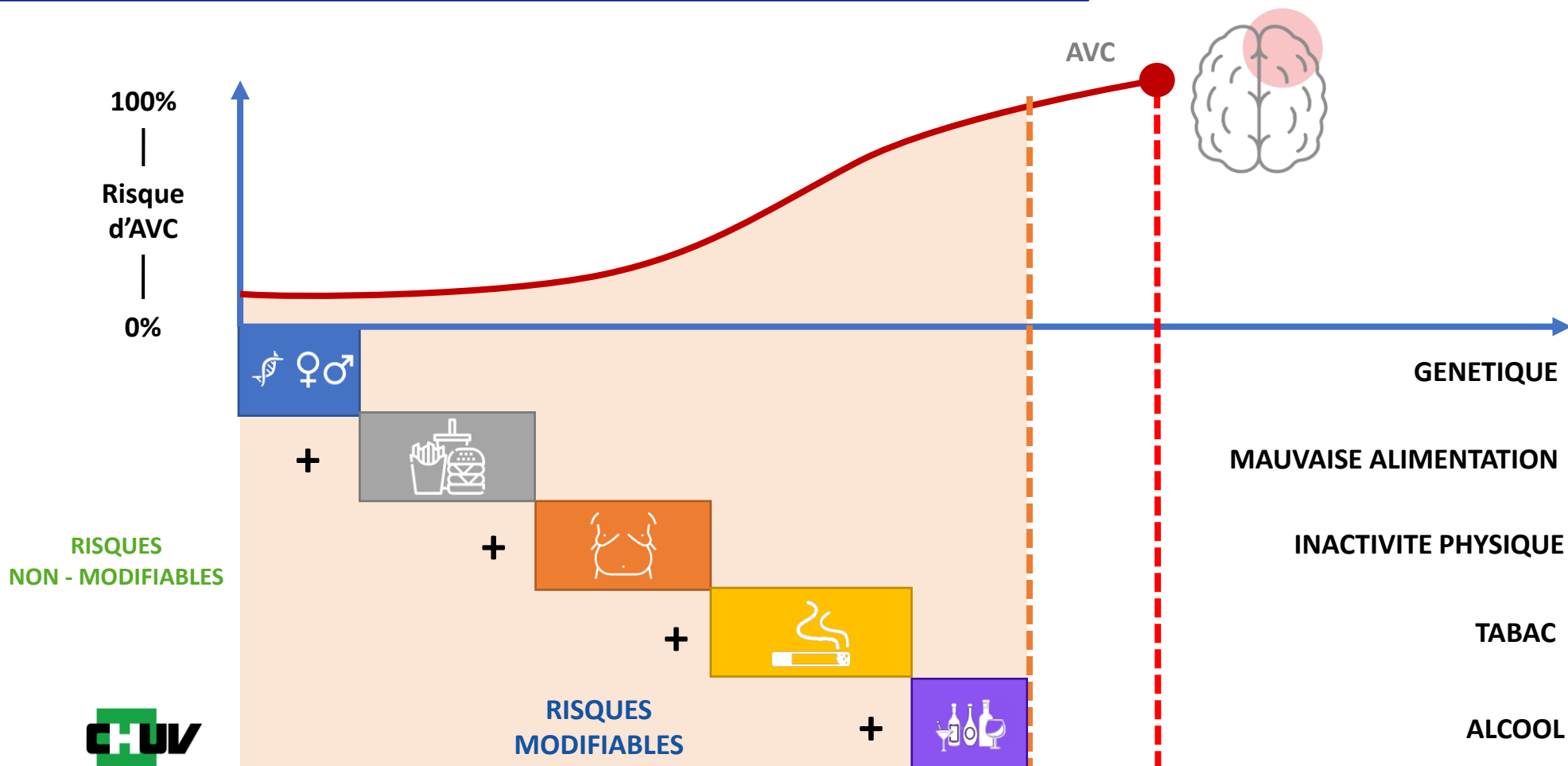
Prévenir l'AVC

Comment commencer



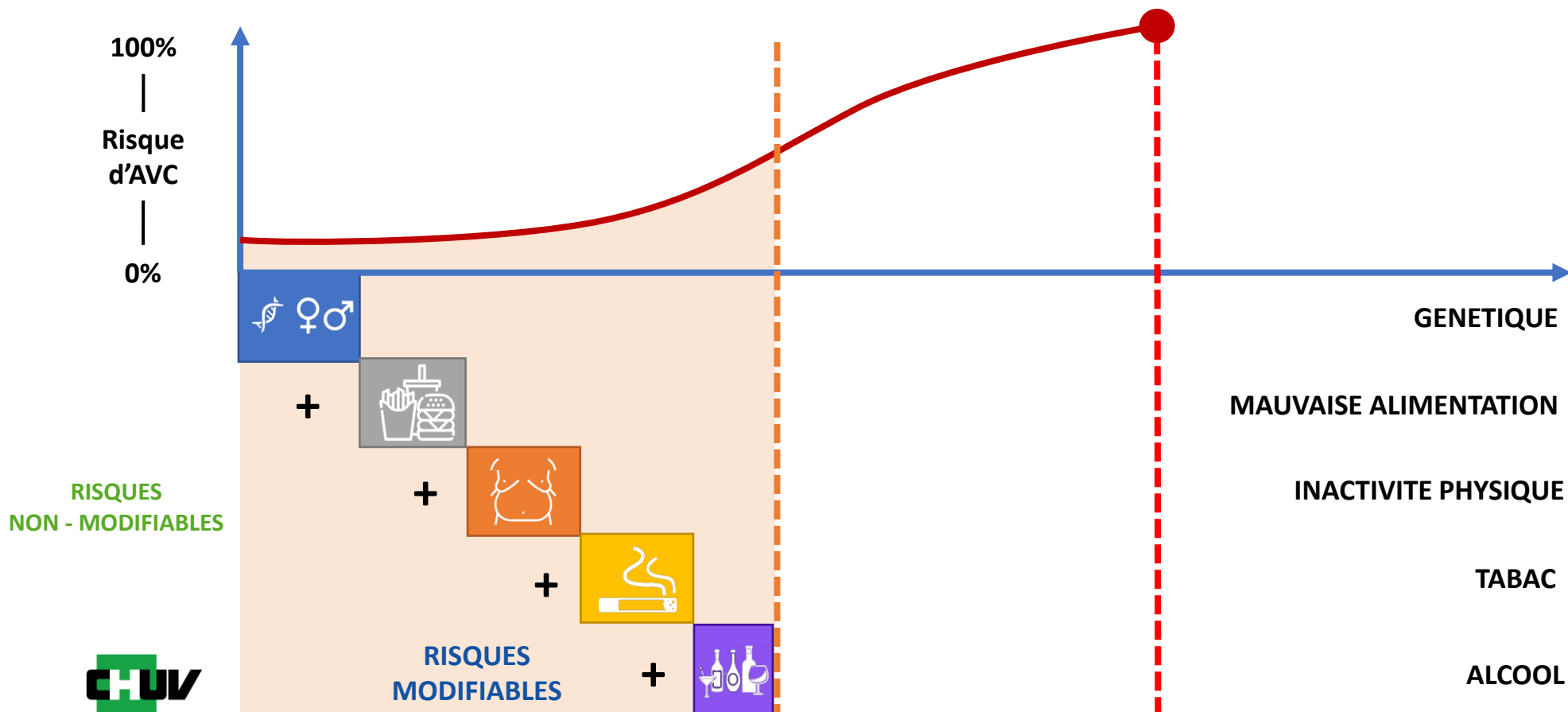
Prévenir l'AVC

Comment commencer



Prévenir l'AVC

Comment commencer



AIT: messages clés



1. Apparition soudaine (ou constatée au réveil) de symptômes neurologiques: suspecter d'AIT
2. Même si tout disparaît : appelez le 144/adresser aux urgences
3. Risque d'AVC très précoce après un AIT (surtout < 48 h)
4. Une prise en charge rapide prévient l'AVC et ses séquelles





#AGISSEZVITE

www.worldstrokecampaign.org