



Campagne de prévention Journée mondiale de l'AVC Jeudi 26 octobre 2017

World Stroke Day
29 Oct 2017

World
Stroke
Campaign



AVC: Comment estimer mon risque ? Quels médicaments pour prévenir ?

Gaia Sirimarco

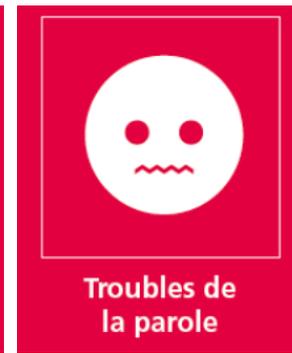
Centre Cérébrovasculaire, Service de Neurologie

Département des Neurosciences Cliniques

CHUV

Qu'est-ce qu'un AVC ?

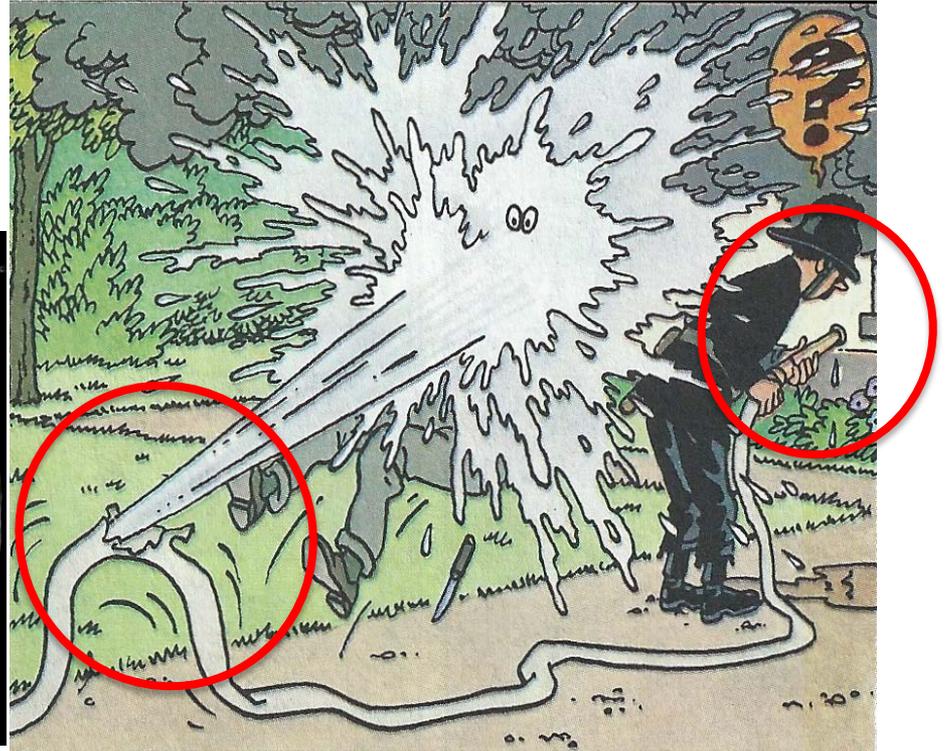
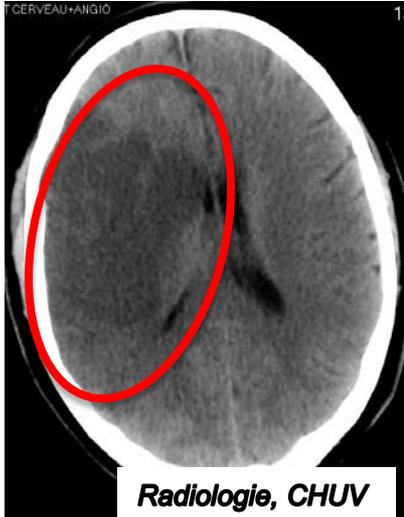
Dysfonctionnement cérébral
aigu d'origine vasculaire



- **Ischémique 85%**: le cerveau souffre par manque d'apport d'oxygène et de glucose
- **Hémorragique 15 %**

Qu'est-ce qu'un AVC ?

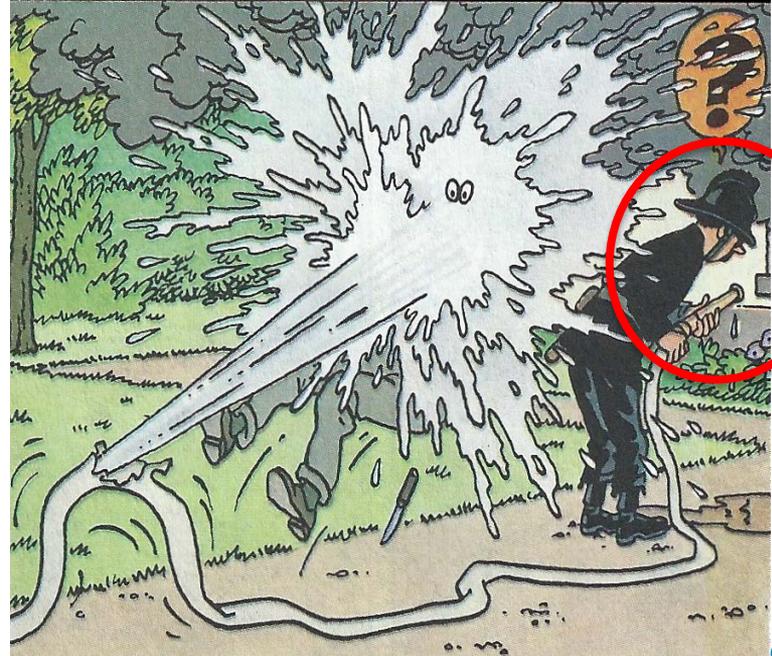
- Ischémique 85%
- Hémorragique 15 %



HERGE « l'île noire », 1946

Pourquoi des AVC ?

- Notre cerveau reçoit **20% du débit sanguin cardiaque**
 - Gros besoins d'apport d'**oxygène et glucose**
 - Très sensible au manque de perfusion sanguine



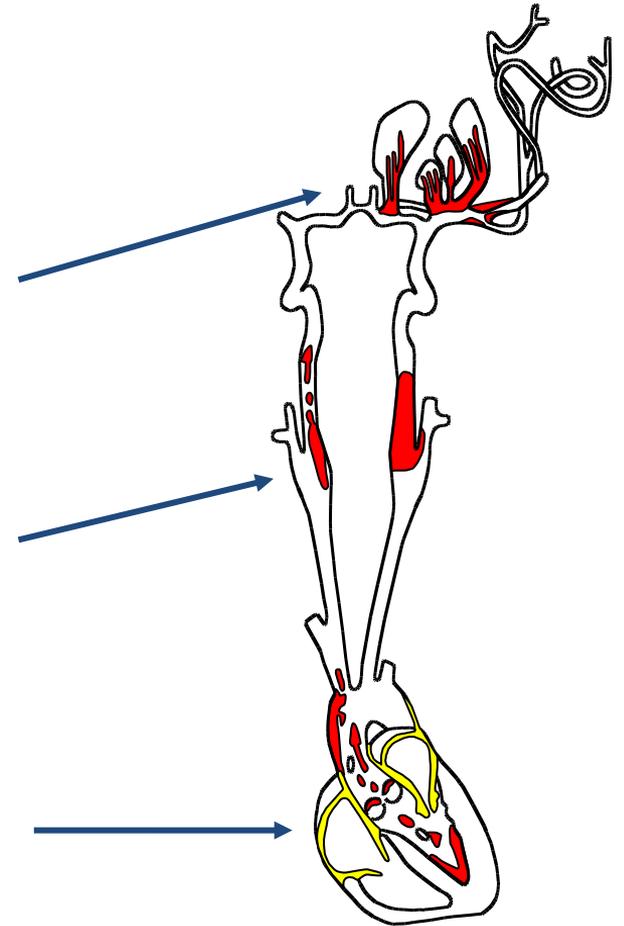
Causes des AVC ischémiques

75% sont expliqués par 3 mécanismes

Les **petites artères intracrâniennes** sont malades et se bouchent

Un caillot se forme sur une **plaque d'athérosclérose** carotidienne puis migre vers le cerveau

Un caillot se forme dans le **cœur** et migre vers le cerveau



Causes des AVC & choix du traitement

Antiagrégants plaquettaires

Aspirine, Clopidogrel (Plavix®)

Anticoagulants

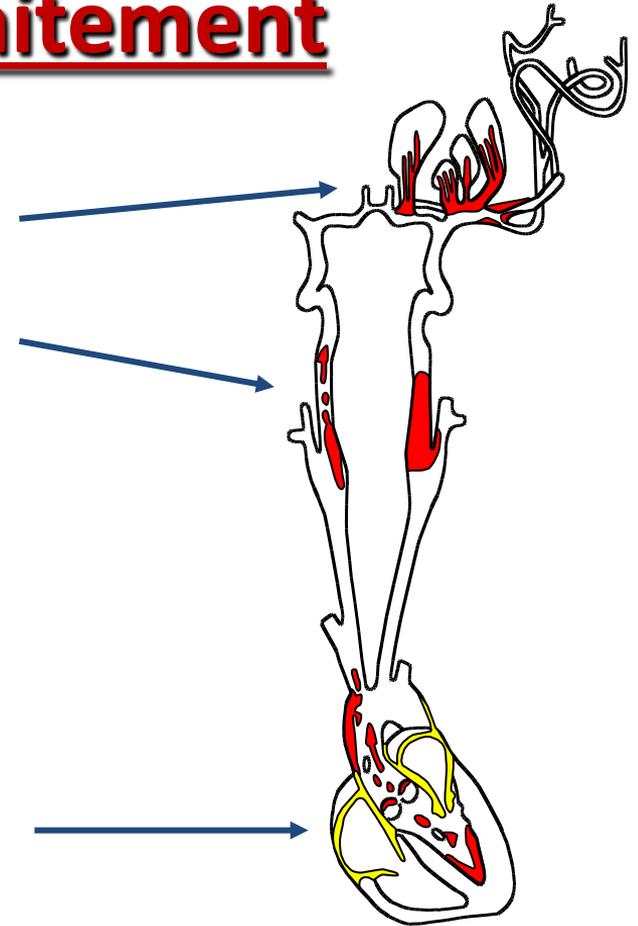
Acénocoumarol (Sintrom®)

Apixaban (Eliquis®)

Dabigatran (Pradaxa®)

Edoxaban (Lixiana®)

Rivaroxaban (Xarelto®)



Facteurs de risque des maladies vasculaires



Influençables

- Hypertension artérielle
- Diabète
- Cholestérol
- Apnées du sommeil
- Tabagisme
- Sédentarité
- Surpoids
- Alcool

Vie saine

Ma tension artérielle est-elle trop élevée ?

- Facteur de risque majeur
- Cible: TA < 140/90 mmHg
- Profil 24h
- Différentes stratégies
 - ✓ style de vie
 - ✓ médicaments



Que faire en cas de diabète ?

- Avec votre médecin, visez un contrôle optimal du sucre sanguin
- Soyez stricts avec les autres facteurs de risque (hypertension, dyslipidémie)
- Veillez à mener une vie saine (activité physique, alimentation)



Et mon cholestérol?

- Style de vie
- Traiter LDL-cholestérol selon estimation du risque individuel
→ Statines



Risque cardiovasculaire	> 20% MCV, diabète	10-20%	< 10%	Sans facteur de risque
Statine si valeur de LDL-cholestérol (mmol/L):	> 2,6	> 3,4	> 4,1	> 4,9

Il paraît que je ronfle...

- Le ronflement peut s'accompagner d'apnées du sommeil
- Les apnées perturbent le sommeil et causent fatigue et somnolence de jour
- Les apnées augmentent le risque d'AVC
- Les apnées peuvent être détectées et traitées
→ Pneumologue



AVC d'origine cardioembolique



- Palpitations irrégulières ?
- Bilan chez votre médecin après 65 ans: ECG, éventuellement enregistrement de longue durée
→ Si fibrillation auriculaire : anticoagulation

Comment estimer mon risque ?

- Priorités:
 - **Dépistage et traitement** des facteurs de risque
 - **Vie saine**
- Il existe des outils d'estimation du risque pour le public et les professionnels de la santé



Outils d'estimation du risque

Utilisé par les médecins Suisses

Tableau 1. Facteurs de risque cardiovasculaire

MCV: maladies cardiovasculaires; HTA: hypertension artérielle.

Sous-jacents	Obésité/surpoids	Index de masse corporelle	Normal: 18,5-24,9 kg/m ² Surpoids: 25-29,9 kg/m ² Obésité: ≥ 30 kg/m ²
		Périmètre abdominal	Homme: ≥ 102 cm Femme: ≥ 88 cm
	Alimentation		
	Inactivité physique		
	Facteurs génétiques		
Principaux	Age	Homme: ≥ 45 ans Femme: ≥ 55 ans	
	Tabagisme actif	≥ 1 cigarette/jour	
	Hypertension artérielle	≥ 140/90 ou traitement antihypertenseur	
	LDL-cholestérol élevé	Selon le risque de MCV	
	HDL-cholestérol bas	Homme: < 1 mmol/l Femme: < 1,3 mmol/l	
	Diabète		
	MCV précoce chez un parent du premier degré	Homme: < 55 ans Femme: < 65 ans	

Score de risque du GSLA			
1) Nombre de points par facteur de risque, en fonction du degré de sévérité	▶ Fumeur	▶ LDL-cholestérol (mmol/l)	2) Addition des points de tous les facteurs de risque
	■ Non 0 ■ Oui 8	■ < 2,59 0 ■ 2,59–3,36 5 ■ 3,37–4,13 10 ■ ≥ 4,91 20	
▶ Âge (ans)	▶ Pression artérielle systolique (mm Hg)	▶ Triglycérides (mmol/l)	3) Risque absolu d'événement coronarien aigu en l'espace de 10 ans, compte tenu du nombre total de points
	■ 35–39 0 ■ 40–44 6 ■ 45–49 11 ■ 50–54 16 ■ 55–59 21 ■ 60–65 26	■ < 120 0 ■ 120–129 2 ■ 130–139 3 ■ 140–159 5 ■ ≥ 160 8	
▶ Antécédents familiaux	▶ HDL-cholestérol (mmol/l)		▶ Risque sur 10 ans pour la Suisse, en pourcentage
■ Non 0 ■ Oui 4	■ < 0,91 11 ■ 0,91–1,16 8 ■ 1,17–1,41 5 ■ ≥ 1,42 0		■ 0–24 points < 1 ■ 25–31 points 1–2 ■ 32–41 points 2–5 ■ 42–49 points 5–10 ■ 50–58 points 10–20 ■ > 58 points > 20

Figure 1. Score de risque PROCAM adapté par le GSLA

Applications pour portable / tablette



- Stroke RISKOMETER
- Riskometre de l'AVC
- Gratuite



FINALIST
NEW ZEALAND
INNOVATORS
AWARDS 2014



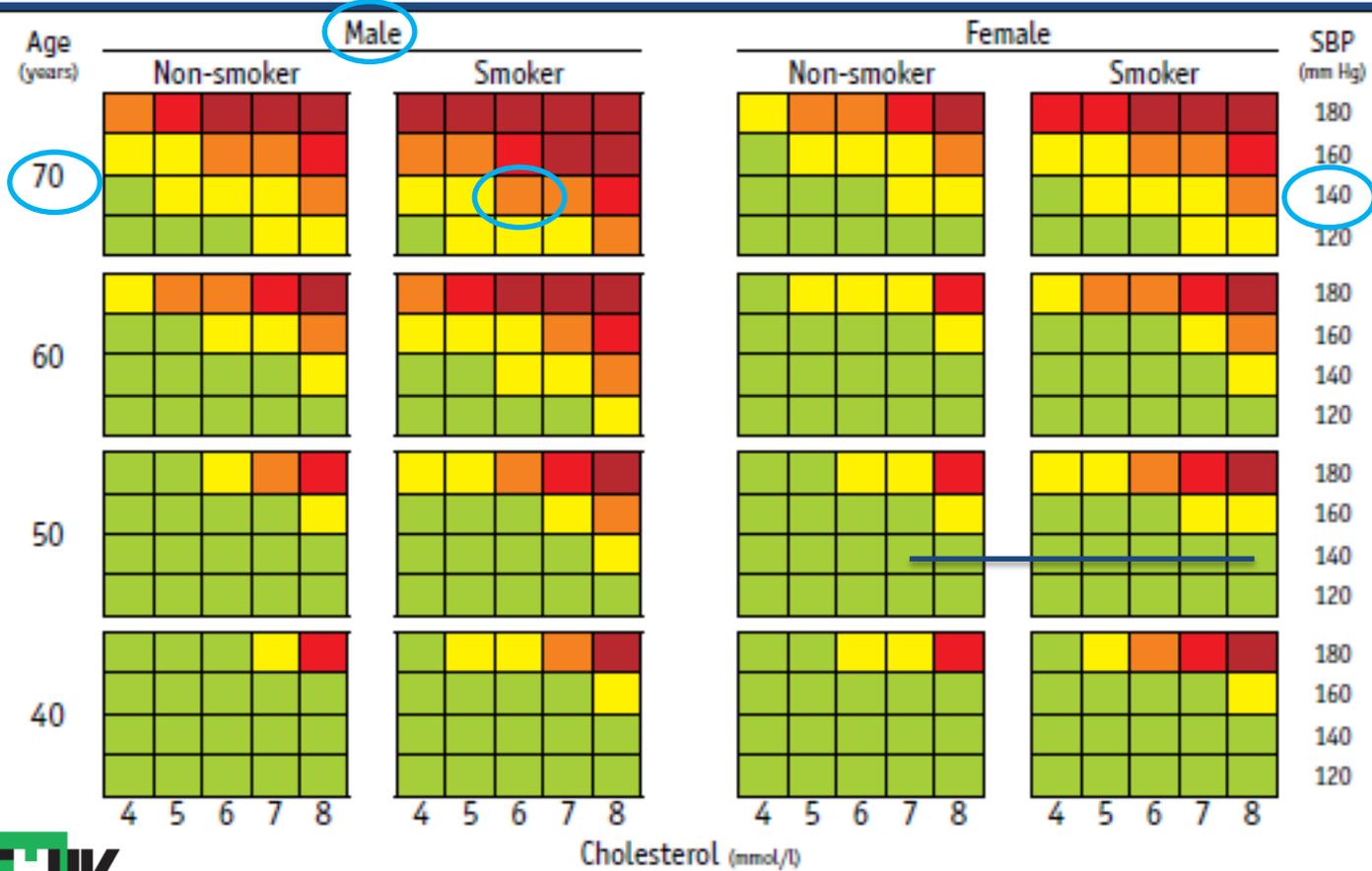
Riskometre de l'AVC



Pour estimer le risque individuel
Utile pour guider des choix de traitement



Tableaux de l'OMS (Organisation mondiale de la santé)



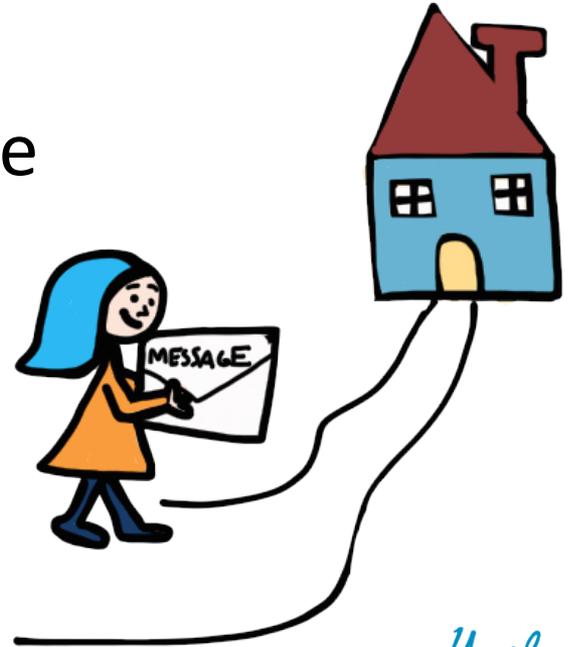
10-year combined myocardial infarction and stroke risk :

- Green <10%
- Yellow 10% to <20%
- Orange 20% to <30%
- Red 30% to <40%
- Deep Red > 40%

Non-diabétique

Le message que j'emporte avec moi

- La prévention est le premier geste pour se protéger d'un AVC
- Il faut dépister les facteurs de risque et éventuellement les traiter
- Privilégier une vie saine



Merci pour votre attention



Société Cérébro-vasculaire Suisse

PROMOTION
SANTÉ VAUD

LIGUES DE LA SANTÉ



Schweizerische Neurologische Gesellschaft
Société Suisse de Neurologie
Società Svizzera di Neurologia
Swiss Neurological Society

SFONS Swiss Federation of
Clinical Neuro-Societies



Schweizerische Gesellschaft für Neuroradiologie
Société Suisse de Neuroradiologie
Swiss Society of Neuroradiology



Schweizerische Gesellschaft
für Neurochirurgie



World Stroke
Organization



FRAGILE
SUISSE



Fondation Suisse
de Cardiologie

Active contre les maladies cardiaques et l'attaque cérébrale