

MESSAGE GRAND PUBLIC

« AVC, AGISSEZ ! » du 25 octobre au 1^{er} novembre 2014 Semaine de prévention de l'hypertension artérielle et de l'arythmie cardiaque, deux causes principales de survenue des Accidents Vasculaires Cérébraux

Troisième cause de mortalité et première cause de handicap en France, les accidents vasculaires cérébraux entraînent une surmortalité des moins de 65 ans en Aquitaine. Cette maladie touche en moyenne 20 personnes par jour en Aquitaine dont 8 garderont des séquelles invalidantes.

Après avoir réalisé une vaste campagne de communication pour faire connaître les signes d'alerte des AVC et le réflexe d'appel au 15, l'Agence régionale de santé d'Aquitaine (ARS) et de nombreux acteurs de santé* souhaitent agir en amont en organisant une semaine de prévention de l'hypertension artérielle et de l'arythmie cardiaque, deux causes principales de survenue des AVC.

Hypertension et arythmie : 2 causes principales de survenue des AVC

L'excès de pression artérielle est impliqué dans **80% des AVC** et des battements de cœur irréguliers (arythmie) sont responsables d'**1 AVC sur 5**. Par ailleurs, des **artères abîmées** peuvent également être responsables d'un AVC.

N'attendez pas de faire un AVC, consultez votre médecin !

Vous pouvez faire de l'hypertension et/ou de l'arythmie **sans le savoir**. Afin d'éviter des risques inutiles, pensez à **faire vérifier votre tension et votre pouls** lors d'une prochaine consultation chez votre médecin. Un geste simple qui permettra à votre médecin de vous conseiller sur le comportement ou le traitement à adopter.

Du 25 octobre au 1^{er} novembre 2014, pensez-y ! AVC, AGISSEZ !

Saisissez-vous de votre santé pour éviter les AVC

Pour les AVC, la bonne nouvelle est que la prévention est efficace. Elle peut corriger les principaux facteurs de risque, qui sont d'ailleurs communs à l'ensemble des maladies cardiovasculaires : l'hypertension artérielle, l'arythmie cardiaque, l'hypercholestérolémie, le diabète, le tabagisme, l'obésité et l'alcoolisme chronique.

Trois comportements simples à adopter pour éviter les AVC :

- Pratiquer une **activité physique régulière**,
- Adopter une **alimentation équilibrée et pauvre en sel**,
- En cas de traitement contre l'hypertension ou pour stabiliser le rythme cardiaque, bien **respecter les prescriptions**.

Une vaste campagne de communication pour sauver des vies

Dans le cadre du Plan national AVC, l'ARS Aquitaine et ses partenaires* ont fait des AVC, depuis 2011, une priorité régionale de santé publique.

Des affiches et des flyers de promotion de cette semaine de prévention seront largement **diffusés sur tout le territoire** : chez les **médecins**, dans les **pharmacies**, dans les **établissements de santé**, par les **caisses d'assurance maladies**, les **mutuelles**... En parallèle, les supports de sensibilisation aux signes d'alerte des AVC et au réflexe d'appel au 15 pourront encore cette année être commandés auprès de l'ARS.

Retrouvez toute l'information et l'ensemble des supports sur :

<http://www.ars.aquitaine.sante.fr/Accidents-vasculaires-cerebrau.141688.0.html>



*CHU de Bordeaux, Union régionale des professionnels de santé médecins libéraux d'Aquitaine, Mutualité Française Aquitaine, caisses d'assurance maladie d'Aquitaine (CPAM, Direction régionale du service médical, MSA, RSI), Caisse d'assurance retraite et de la santé au travail (CARSAT), associations de malades (France AVC 33, Amoc 33, Cocerles 47), Comité régional de coordination Aquitain

▶ En France

- 1ère cause de handicap acquis de l'adulte,
- 3ème cause de mortalité,
- 130 000 personnes atteintes chaque année d'un AVC, dont 1/3 garde des séquelles,
- 75 % des personnes qui en sont atteintes ont plus de 65 ans, mais 15 000 hommes ou femmes de moins de 45 ans sont frappés chaque année,
- L'hypertension artérielle est impliquée dans 80% des AVC,
- L'arythmie cardiaque est responsable d'1 AVC sur 5.

▶ En Aquitaine

- 8 000 personnes atteintes d'un AVC hospitalisées en 2010, dont près de 3 000 garderont des séquelles,
- 25% des AVC touchent des personnes de moins de 65 ans, c'est-à-dire des personnes en âge de travailler,
- 57% des victimes d'AVC sont des femmes,
- Le risque de récurrence à 5 ans est de 30 à 43%

▶ Des résultats encourageants en Aquitaine suite à la campagne de sensibilisation aux signes d'alerte des AVC et au réflexe d'appel au 15

- **Le nombre de thrombolyse en augmentation**
Améliorant considérablement les chances de rémission sans séquelle, le traitement par thrombolyse n'est possible que s'il est administré dans les 4h30 qui suivent le début de l'AVC. Or, le nombre de thrombolyse augmente fortement en Aquitaine (pour un nombre de patients constant) ce qui s'explique par une détection plus précoce de l'AVC et un plus grand nombre de patients pris en charge dans des services spécialisés. Entre 2011 et 2013, pour les centres hospitaliers dotés d'une unité neuro-vasculaire, le nombre de thrombolyse est passé de 193 à 446, soit une augmentation de 131%.
- **Les chances de survie après un AVC s'améliorent en Aquitaine**
Entre 2009 et 2012, une augmentation significative des chances de survie est constatée chez les patients hospitalisés pour un AVC. Ce taux de survie passe de 87% à 88,4%, ce qui correspond concrètement en 2012 à 100 décès évités après une hospitalisation pour un AVC.