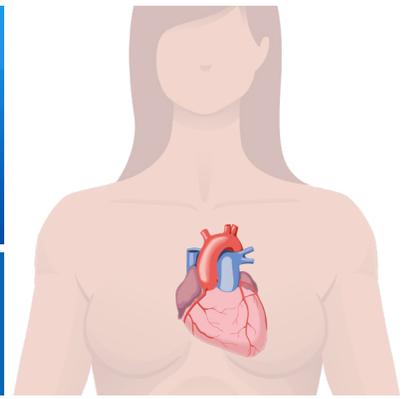


# La dissection spontanée de l'artère coronaire



**Vous avez eu une crise cardiaque. Elle a peut-être été causée par un problème appelé la dissection spontanée de l'artère coronaire. Voici ce que vous devez savoir à ce sujet.**

## Qu'est-ce que la dissection spontanée de l'artère coronaire?

Les artères coronaires sont des vaisseaux sanguins situés à la surface du cœur. Ils amènent les nutriments et l'oxygène au muscle du cœur (myocarde).

Parfois, une petite déchirure se crée dans l'un de ces vaisseaux. C'est ce qu'on appelle une dissection spontanée. Elle bloque le passage du sang et cause une crise cardiaque.

## Quels sont les signes?

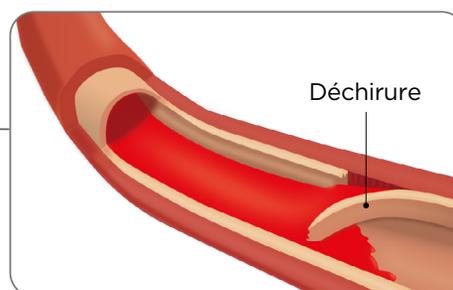
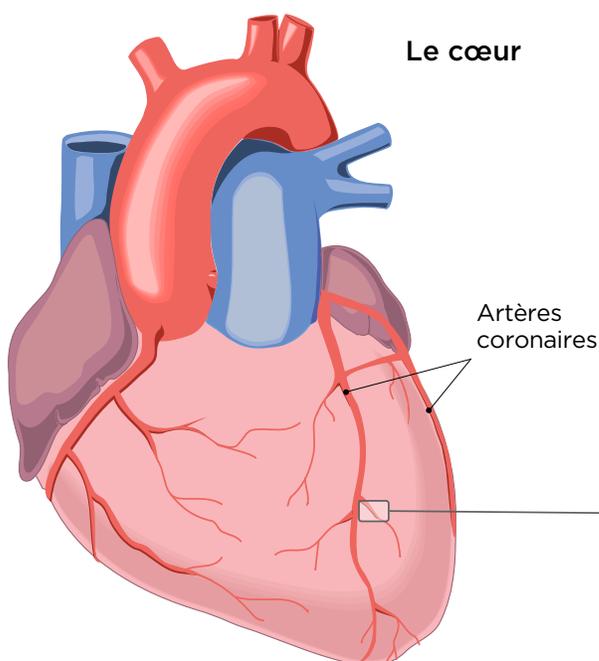
Vous pourriez avoir eu de manière soudaine l'un des signes suivants :

- > Forte douleur à la poitrine
- > Douleurs en haut du dos, qui se rendent parfois jusqu'aux épaules, aux bras et à la mâchoire
- > Essoufflement

Les signes sont parfois plus difficiles à reconnaître chez une femme. Ils peuvent prendre l'une des formes suivantes :

- Étourdissements
- Fatigue soudaine
- Sensation d'inconfort
- Envie de vomir (nausée) ou vomissements

Une douleur intense à la poitrine reste quand même le signe le plus fréquent chez les femmes.



## Qu'est-ce qui rend à risque d'avoir ce problème ?

C'est un problème rare. Il touche surtout des personnes en bonne santé et des femmes. Souvent, elles n'ont jamais eu de problème de cœur avant ou ne montraient pas les risques habituels d'en avoir.

Ce trouble survient souvent après :

- Un stress extrême
- Un effort physique extrême
- Un accouchement
- Une consommation de drogue



## Y a-t-il un risque que ce problème revienne ?

Une fois que l'on a eu ce problème, il y a un risque de l'avoir une deuxième fois. Une crise cardiaque peut causer la mort. Il est donc important de prévenir ce trouble.

## Quels tests vais-je passer ?

Pour vérifier si c'est ce problème que vous avez eu, vous devez passer les examens suivants :

- > **Coronographie** : elle permet de voir l'intérieur des artères coronaires avec des rayons X.
- > **Électrocardiogramme** : il enregistre l'activité électrique du cœur à l'aide de petites électrodes.



- > **Échographie cardiaque** : elle permet de voir le cœur en activité avec une sonde posée sur la peau.
- > **Tomodensitométrie (angioscanner)** : elle permet de voir les vaisseaux sanguins avec des rayons X.

Dans certains cas, il faut en plus faire un **examen par résonance magnétique**. Celui-ci permet de voir les tissus et la forme du cœur.

## Comment traite-t-on cette maladie ?

Le traitement varie selon l'endroit et la grandeur de la déchirure.

Dans de rares cas, il faut opérer.

La plupart du temps, l'artère guérit si on fait les actions suivantes :

### Prendre des médicaments

Ils peuvent être prescrits pour une certaine période ou pour toute la vie. Cela dépend de votre situation et de l'avis de votre médecin. Vous pourriez devoir prendre des médicaments pour :

- Ralentir le rythme du cœur et réduire la pression artérielle (ex. : bêtabloquants).
- Prévenir que des caillots se forment dans le sang (ex. : antiplaquettaires, comme l'aspirine).



### Surveiller sa pression artérielle

Demander à votre équipe de soins de vous montrer comment faire. Vous pouvez vous aider d'une application sur votre téléphone.

Votre pression artérielle doit rester plus basse que 120/70 mmHg. Dès qu'elle est plus haute, vous devez avertir votre équipe de soins.

### Suivre un programme d'exercices et d'activités physiques (réadaptation cardiaque)

Cela aide à éviter que le problème s'aggrave ou se produise de nouveau. Un kinésologue peut vous faire un programme. Celui-ci vous aidera à respecter vos limites. Il vous redonnera aussi confiance en vos moyens. Demandez plus d'information à votre cardiologue pour savoir si ce programme serait bon pour vous.

### Comment puis-je prendre soin de moi maintenant ?

On conseille de prendre les précautions suivantes :

- > Ne pas soulever d'objets trop lourds.
- > Vérifier souvent votre pression artérielle : elle doit toujours rester plus basse que 120/70 mmHg.
- > Éviter certaines activités que vous faisiez tout juste avant d'avoir votre crise cardiaque (par exemple, pelleter, faire un sport extrême). Demandez à votre médecin comment reprendre des activités physiques.
- > Ne pas expirer en ayant le nez pincé et la bouche fermée, comme quand on force à la selle ou qu'on souffle dans une paille.
- > Bien gérer votre stress. Demandez à votre équipe de soins de vous orienter vers des ressources. Voir la fiche santé [La relaxation pour mieux gérer le stress](#).
- > Arrêter de fumer. Pour vous aider à le faire, voir les Ressources utiles à la page suivante.

### Quelles émotions pourrais-je vivre ?

Vous pourriez vous sentir triste, anxieux et même en colère. Vous pourriez aussi avoir peur de revivre ce problème cardiaque ou peur de mourir. C'est normal. L'intensité de ces émotions devrait diminuer peu à peu avec le temps.

Il est important de surveiller votre santé psychologique.

Appelez votre équipe de soins dans les cas suivants :

- Votre santé cardiaque vous cause un très grand stress qui dure dans le temps.
- Vous vous sentez déprimé. Par exemple, vous êtes triste, vous n'avez plus d'intérêt, vous n'avez plus de plaisir, vous diminuez la valeur de ce que vous faites ou de ce que vous êtes, vous pensez au suicide.
- Vous êtes agité.
- Vous vous mettez en colère facilement.
- Vous avez du mal à dormir.

Au besoin, votre équipe de soins vous mettra en lien avec un professionnel de la santé mentale. Demander de l'aide dans ces cas n'est pas un signe de faiblesse. C'est plutôt un geste de courage.



## Y a-t-il des signes à surveiller ?

**Appelez le 911 dès que vous ressentez une douleur à la poitrine.**

Appelez rapidement une infirmière de la ligne Santé Patient CHUM, au **514 890-8086**, si vous avez l'un des signes suivants :

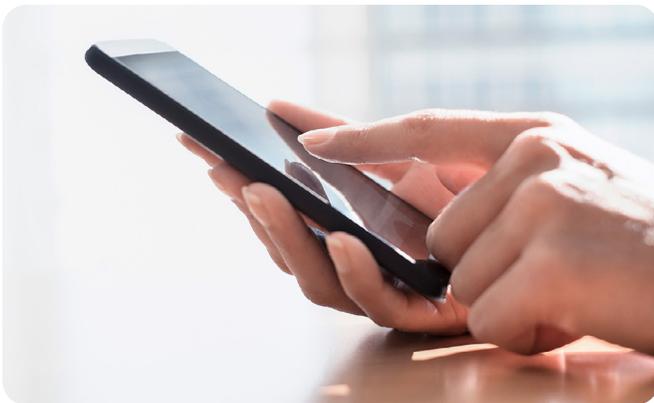
- > Difficulté à respirer la nuit quand vous êtes couché dans certaines positions
- > Essoufflement soudain
- > Gain de poids rapide (ex. : plus de 1,3 kg ou 3 livres en moins d'une semaine)
- > Enflure aux jambes ou au ventre

Ce service est offert aux patients du CHUM 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Lors de l'appel, assurez-vous d'avoir votre carte d'assurance maladie en main.

## À qui poser mes questions ?

Pour prendre, annuler ou déplacer un rendez-vous, appelez le **514 890-8000**, poste 15924.

Pour toute question liée à un souci de santé, appelez une infirmière de la ligne Santé Patient CHUM, au **514 890-8086**.



## RESSOURCES UTILES

Pour trouver le CLSC le plus près de chez vous, consulter :

> [msss.gouv.qc.ca](http://msss.gouv.qc.ca)

Centres d'abandon du tabagisme :

> [quebecsanstabac.ca](http://quebecsanstabac.ca)

Cliquer sur J'arrête → J'ai besoin d'aide

Centre de cardiologie préventive du CHUM :

> **514 890-8000, poste 15453**

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site [chumontreal.qc.ca/fiches-sante](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)



## Questions

*Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.*

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal [chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)