

LECON N°10 : MALADIES CARDIO-VASCULAIRES**INTRODUCTION :**

Les maladies cardio-vasculaires sont responsables de la moitié des décès dans les pays développés, ce sont : **artériosclérose** et l'**hypertension**.

I. L'ARTERIOSCLEROSE :

Encore appelée **athérosclérose**, l'**artériosclérose** est due à un dépôt de lipides (**cholestérol**) et la prolifération de tissus fibreux formant des **plaques d'athéromes** dans la paroi interne des artères. L'épaississement et le durcissement qui s'en suit, provoquent l'altération de ces parois, c'est l'**athérosclérose**.

I-1. Evolution de la maladie :

L'**athérosclérose** en se développant dans les artères de gros et moyen calibres (artères aortiques, artères céphaliques et artères coronaires irrigant le cœur), peut produire diverses complications : l'**infarctus du myocarde**, l'**angine de poitrine**, l'**anévrisme**...

I-1-1. Infarctus du myocarde :

Il s'agit le plus souvent d'une **athérosclérose coronaire** provoquant un ralentissement de la circulation artérielle locale. Ce qui favorise la formation de **caillots de sang** qui bloquent complètement l'artère. Il se produit un déficit d'apport en **O₂** et en nutriments entraînant la mort de certaines cellules, c'est l'**infarctus** proprement dit. Une forte émotion ou après un repas copieux, peut entraîner une crise cardiaque mortelle dans **60%** des cas.

NB : Un **infarctus cérébral** entraîne une perte des fonctions sensitive ou motrice selon le territoire détruit.

I-1-2. Angine de poitrine :

Elle se manifeste par des douleurs au niveau de la poitrine provoquées par une insuffisance des apports en **O₂** au myocarde. Elle est due dans **90%** des cas à une obturation d'une des artères coronaires.



I-1-3. Anévrisme :

C'est une dilatation anormale de la paroi d'une artère créant une cavité ou une hernie remplie de sang. Ce qui peut entraîner une destruction de la paroi suivie d'une hémorragie interne.

I-2. Causes :

Les causes exactes ne sont pas connues, on ne parle que de **facteurs de risque** qui sont : l'hypertension artérielle, le taux élevé de cholestérol dans le sang, la consommation de tabac, le diabète, la sédentarité excessive, l'hérédité, l'âge (l'**artériosclérose** est absente jusqu'à 20 ans), le sexe (les hommes ont 10 à 15 ans d'avance sur les femmes pour l'apparition de l'**artériosclérose**).

II- L'HYPERTENSION ARTERIELLE :

Elle est la cause de plusieurs **accidents vasculaires cérébraux (AVC)** souvent mortels.

II-1. Définition :

L'**hypertension** artérielle est la pression artérielle élevée au-dessus des valeurs normales. Une personne de moins de 40 ans a une **hypertension** si sa **pression artérielle maximale** est supérieure ou égale à 16 et la **pression minimale** supérieure ou égale à 10. L'**hypertension** est dite **primaire** ou **essentielle** si aucune cause spécifique ne la provoque, **secondaire** si elle est la conséquence d'une autre maladie.

II-2. Causes :

Des **facteurs génétiques** et **environnementaux** sont à l'origine de l'**hypertension primaire** qui représente 90% des cas d'hypertension avec une plus grande fréquence chez les personnes présentant une surcharge pondérale, consommant beaucoup de sel, peu d'aliments riches en potassium ou beaucoup d'alcool et chez les personnes sédentaires ou soumises à un stress psychologique.

L'**hypertension secondaire** représente 10% des cas d'hypertension. Elle peut être causée par une **maladie rénale**, la prise de **pilules contraceptives** ou des **troubles hormonaux**.

NB : L'hypertension augmente naturellement avec l'âge.

La tension artérielle évolue avec l'âge :

Ages	Tension maximale	Tension minimale
15-45 ans	12	8
46-60 ans	14	9
Plus de 60 ans	$10 + \text{âge (ans)}/10$	10

NB : Un sujet dont la tension maximale est de **14** lorsqu'il est en activité peut avoir une tension de **7 à 8** pendant son sommeil.

II-3. Traitement :

Quand on ne connaît pas la cause de l'hypertension, on utilise des médicaments qui font baisser directement la tension. Ce traitement est accompagné d'un régime alimentaire pauvre en sel, en calories, en alcool et en graisses saturées, mais riche en potassium.