



COMMUNIQUE DE PRESSE

28.10.2009

Journée Mondiale de l'Accident Vasculaire Cérébral (=AVC), le 29 octobre 2009: Chaque minute compte !

Les Maladies cérébrovasculaires constituent la troisième cause de décès, mais la première cause de handicap acquis au Grand-Duché de Luxembourg. Elles représentaient, en 2006, 9 % des causes de décès. Ceci signifie, qu'au Luxembourg surviennent environ 4 AVCs (=Accident vasculaire cérébral) par jour. Une de ces quatre personnes gardera une invalidité permanente, une autre en mourra dans l'année qui suit.

Les conséquences psychosociales, suite à une perte d'autonomie due à un AVC, sont considérables : nécessité de soins à domicile ou dans un foyer, perte du travail, problèmes financiers, isolement social, dépression, problèmes sexuels, etc.

Qu'est-ce qui provoque un AVC ?

Un AVC est dû principalement à une obstruction d'un vaisseau sanguin qui empêche le sang d'arriver jusqu'au cerveau.

La cause la plus fréquente est l'accumulation de dépôts de graisse (=dépôts lipidiques) sur les parois internes des vaisseaux sanguins qui alimentent le cerveau : ceux-ci se rétrécissent et perdent leur souplesse : c'est le phénomène d'athérosclérose.

Lorsque les vaisseaux partiellement obstrués se bouchent complètement par un caillot de sang, ils ne peuvent plus transporter le sang jusqu'au cerveau : une partie de celui-ci ne sera donc plus alimenté en oxygène et autres éléments nutritifs : une lésion s'installe : c'est l'AVC. (Accident vasculaire cérébral ou infarctus cérébral)

Parfois il peut aussi y avoir rupture d'un vaisseau sanguin dans le cerveau, et l'épanchement de sang qui en résulte provoque alors une lésion du tissu cérébral : c'est l'hémorragie cérébrale, une autre forme d'AVC.

En cas de troubles du rythme cardiaque, des petits caillots sanguins peuvent se former dans le cœur et être transportés par les vaisseaux sanguins jusqu'au cerveau. Ces petits caillots, appelés également embolies, peuvent obstruer une petite artère cérébrale, l'empêchant ainsi d'irriguer la zone du cerveau qui lui est impartie : C'est l'embolie cérébrale, une troisième forme d'AVC.

Comment reconnaître à temps les signes d'un AVC et que faire alors ?

Le symptôme le plus fréquent d'un AVC est un relâchement soudain accompagné d'une faiblesse musculaire ou paralysie, du visage, d'un bras ou d'une jambe, le plus souvent d'un seul côté.

Parmi les autres symptômes figurent l'apparition brutale des signes suivants :

- Engourdissement, avec perte de sensibilité, du visage, d'un bras ou d'une jambe, particulièrement d'un seul côté ;
- Confusion mentale soudaine, avec difficulté à parler ou à comprendre ;
- Difficulté à voir avec un œil ou les deux yeux, ou vision double soudaine ;
- Difficulté à marcher, vertiges, perte d'équilibre ou de la coordination ;
- Mal de tête intense de cause inconnue ;
- Evanouissement ou perte de connaissance ;

Les effets d'un AVC dépendent de la partie du cerveau atteinte et de l'ampleur de la lésion cérébrale. Un AVC peut ne toucher qu'une partie du corps, mais il peut aussi paralyser complètement un côté, ou entraîner une morte subite dans les cas plus graves.

Si vous observez chez quelqu'un des signes d'AVC, réagissez immédiatement : Appelez le 112 : Chaque minute compte !

L'élément le plus important dans le traitement aigu de l'AVC est le transfert rapide vers une unité hospitalière neurologique spécialisée (Stroke Unit ou Unité Cérébro-vasculaire) prenant en charge exclusivement les AVC. Dans une telle Unité travaille une équipe spécialement formée et motivée, de neurologues, d'infirmières, de kinésithérapeutes, d'ergothérapeutes, d'orthophonistes et d'assistantes sociales.

Si le transfert vers la Stroke Unit a pu être réalisé rapidement, une **thrombolyse** pourra être effectuée par un médecin spécialisé : elle vise à dissoudre les caillots sanguins obstruant les artères ; effectuée dans les 4,5 heures suivant le début des symptômes, elle réussira à minimiser l'extension de la lésion cérébrale et à préserver autant que possible le tissu cérébral environnant.

Ensuite, la surveillance du déficit neurologique, la mise-en-route d'un traitement approprié, le diagnostic des désordres biologiques et physiologiques (glycémie, tension artérielle, bilan lipidique, rythme cardiaque, température...etc.), ainsi qu'une réhabilitation précoce, avec kinésithérapie, logopédie, ergothérapie, sont essentielles pour que la personne atteinte retrouve au plus vite ses capacités physiques et une communication adéquate.

Donc : L'AVC est une URGENCE :

Reconnaître à temps ses signes, c'est sauver des vies, et éviter des handicaps lourds. Réagissez immédiatement, et appelez le 112 !

Comment prévenir un AVC ?

Plusieurs facteurs entraînant un risque accru d'AVC sont liés aux habitudes de vie :

- Le tabagisme
- Une mauvaise alimentation
- Le manque d'exercice physique

Ces mauvaises habitudes de vie peuvent entraîner des troubles sérieux :

- Tension artérielle trop élevée (=hypertension artérielle)
- Taux trop élevé de glucose sanguin (=hyperglycémie, diabète)
- Taux trop élevé de lipides sanguins (hyperlipidémie)

Ces troubles constituent les principaux facteurs de risque de l'AVC.

En vivant sainement, on peut, dès le jeune âge, éviter que ces facteurs de risque ne s'installent et finissent par occasionner un AVC.

Pour cela, il est essentiel de retenir les recommandations suivantes :

1. Arrêtez de fumer
2. Faites de l'exercice physique au moins pendant ½ heure par jour
3. Mangez au moins cinq portions de fruits et de légumes par jour, et limitez la consommation de sel à moins d'une cuillère à café par jour
4. Faites contrôler votre tension artérielle régulièrement
5. Faites contrôler votre taux de glucose sanguin
6. Gardez un poids idéal, en pratiquant régulièrement une activité physique et en mangeant de façon saine et équilibrée
7. Consommez l'alcool avec modération

Afin d'informer et de sensibiliser les citoyens à ce problème important de santé publique, les associations et fédérations professionnelles de neurologues, ainsi que la fédération internationale de l'AVC et l'OMS (=Organisation mondiale de la santé), ont décidé de dédier chaque année une Journée commémorative à l'AVC : La journée mondiale de l'AVC se déroulera le 29 octobre.

Elle sera le coup d'envoi d'une campagne multimédias destinée à informer et à encourager au changement de comportement, et à l'adoption d'habitudes de vie plus saines.

Elle lancera également un appel à la solidarité et à l'adoption des gestes qui sauvent : reconnaître les signes de l'AVC, appeler immédiatement les secours par le 112, c'est sauver de nombreuses vies !

Le Ministre de la Santé
Mars Di Bartolomeo



PERTE DE LA PAROLE
RISQUE D'ATTAQUE CÉRÉBRALE
RÉAGISSEZ, APPELEZ LE 112

  LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé
Direction de la Santé

www.sante.lu



PERTE DE LA VUE
RISQUE D'ATTAQUE CÉRÉBRALE
RÉAGISSEZ, APPELEZ LE 112

  LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé
Direction de la Santé

www.sante.lu



PARALYSIE D'UN MEMBRE
RISQUE D'ATTAQUE CÉRÉBRALE
RÉAGISSEZ, APPELEZ LE 112

  LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé
Direction de la Santé

www.sante.lu