

Recommandations aux patients atteints de maladies cardio-vasculaires durant cette épidémie du COVID-19

Depuis janvier 2020, le coronavirus, connu sous le nom de COVID-19 est devenu un problème de santé publique.

L'hypertension artérielle et les autres maladies cardio-vasculaires sont connues comme étant des facteurs de sévérité du COVID-19, avec une morbidité et une mortalité accrues.

De plus, une atteinte cardiaque aiguë et grave est possible dans les rares formes sévères de l'affection qui se manifestent essentiellement sous la forme d'un syndrome de détresse respiratoire aiguë avec atteinte multiviscérale.

Il n'est cependant pas prouvé que les personnes atteintes de maladie cardio-vasculaire ont une probabilité plus forte de contracter l'infection au COVID-19.

Les patients atteints d'hypertension artérielle ou d'autres maladies cardio-vasculaires doivent particulièrement observer les règles de prévention afin de se protéger eux-mêmes et de protéger les autres.

Les patients à risque sont essentiellement ceux présentant les pathologies suivantes : hypertension artérielle compliquée, antécédents de syndrome coronarien aigu notamment d'infarctus du myocarde, valvulopathies, cardiomyopathies compliquées ou non d'insuffisance cardiaque, cardiopathies congénitales cyanogènes ou non cyanogènes, hypertension artérielle pulmonaire, péricardites aigus ou chroniques.

Le risque est lié à une probabilité plus élevée de contracter une forme sévère de l'infection au COVID-19 ; ceci pourrait s'expliquer notamment par une baisse de l'immunité et les conséquences cardio-respiratoires de certaines maladies cardio-vasculaires.

L'âge supérieur à 70 ans, la sévérité de la maladie cardio-vasculaire, l'existence d'autres affections comme le diabète, l'insuffisance rénale ou toute forme d'immunodépression augmentent le risque.

Il n'y a pas d'interférence particulière prouvée entre l'infection au COVID-19 et les traitements à visée cardiologique. Ceci concerne également les inhibiteurs de l'enzyme de conversion (IEC) et les antagonistes des récepteurs de l'angiotensine 2 (ARA 2), largement utilisés en

cardiologie avec un très bon niveau de preuves quant à leur efficacité et leur innocuité. Il n'est donc pas opportun d'arrêter ces traitements, sauf avis médical.

Cependant, l'infection au COVID-19, comme toute affection aiguë, peut décompenser la maladie cardio-vasculaire ou nécessiter un réajustement du traitement (prise en charge d'une fièvre ou d'une déshydratation, interférence avec certains médicaments comme les antihypertenseurs et les anticoagulants).

Il convient de :

1. Suivre les mesures préventives prodiguées par le Ministère de la Santé et de l'Action sociale :

- Se laver régulièrement les mains avec de l'eau et du savon ou utiliser du gel hydro-alcoolique ; ce geste doit être répété avant de manger, lorsqu'on est allé aux toilettes, après avoir toussé ou éternué ;
- Éviter de se toucher les yeux, le nez ou la bouche, surtout avant de s'être lavé et séché les mains ;
- Nettoyer et désinfecter les objets et surfaces touchés fréquemment ;
- Éviter les rassemblements et rester autant que possible à la maison ;
- Garder une distance d'au moins 1 mètre vis-à-vis de toute personne ;
- Éviter le contact avec les personnes suspectes de Covid 19.

2. Respecter les recommandations ci-après :

- Ne pas arrêter son traitement sans avis médical ; éviter de prendre d'autres traitements sans avis médical ;
- Promouvoir l'autosurveillance en relation avec son médecin traitant : alerte devant la survenue ou l'aggravation de symptômes (tels que l'essoufflement, la douleur thoracique, les palpitations), mesure de la tension artérielle, du pouls et du poids ;
- Réaliser les bilans prescrits et les transmettre au médecin traitant selon les modalités que vous aurez définies ensemble (à distance par téléphone ou email, lors du rendez-vous) ;

- En cas de signe anormal, appeler immédiatement son médecin traitant ou se rendre dans une structure sanitaire muni de ses ordonnances et des éléments du dossier médical ;
- Garder une activité physique régulière dont l'intensité sera fonction des capacités physiques habituelles (vélo d'appartement, marche à l'intérieur de la maison, jardinage, gymnastique et autres) ;
- Buvez au moins 1 litre et demi à 2 litres d'eau chaque jour ;
- Avoir une alimentation riche et équilibrée ;
- Ne se fier qu'aux informations scientifiques fournies par les autorités sanitaires locales ou nationales et son médecin traitant.

Une évaluation par le médecin traitant reste nécessaire pour réajuster les traitements et adapter les mesures préventives. Le respect des rendez-vous est important même si la présence physique peut ne pas s'imposer dans certains cas. Parlez-en à votre médecin.

- Si vous pensez être infecté car vous présentez certains des signes suivants : fièvre, toux, difficulté à respirer, **restez à la maison et** contactez les numéros ci-après :
 - **Cellule d'Alerte : 78 172 10 81- 76 765 97 31 - 70 717 14 92 ;**
 - **SAMU : 15 15 ;**
 - **Numero vert SNEIPS : 800 00 50 50**

Et Avertissez en même temps votre médecin traitant.