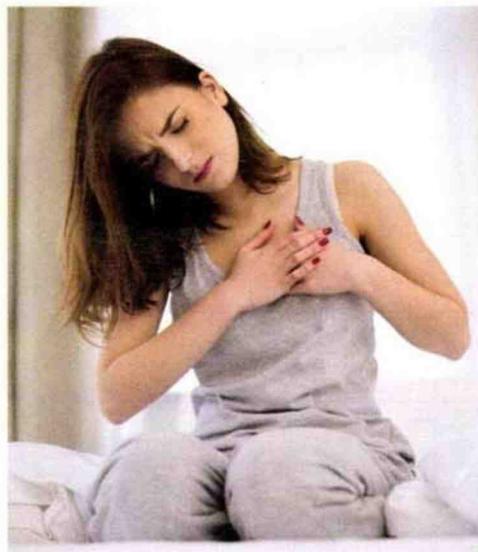


# ELLES EN SONT VICTIMES DE PLUS EN PLUS JEUNES... INFARCTUS LES FEMMES TOUCHÉES AU CŒUR

Contrairement à l'opinion courante, les femmes aussi souffrent du cœur. Elles en sont même davantage victimes que les hommes. D'où l'importance de savoir repérer les symptômes, parfois très discrets.



hérédité, tabac, obésité, stress et sédentarité, mais leurs dégâts sont plus rapides chez la femme, et s'accroissent autour de la ménopause. D'où le conseil de mener un bilan sérieux à la périménopause : analyse de sang (cholestérol, diabète...), électrocardiogramme, tension sur 24 heures, épreuve d'effort, doppler et échographie du cœur.

## DES SYMPTÔMES ATYPIQUES

L'infarctus se déclenche lorsqu'un caillot bouche une artère qui irrigue le cœur. Il se manifeste classiquement par une forte douleur au milieu de la poitrine irradiant vers l'épaule gauche. Autres signes de reconnaissance : il dure plus de dix minutes et ne cède ni au repos, ni en appuyant là où ça fait mal. Chez la femme cependant, les symptômes peuvent être très atypiques comme :

- Une vague douleur dans le cou, dans la mâchoire, au milieu du dos, ou qui serre les poignets.
  - Des difficultés à respirer (essoufflement).
  - Une fatigue inhabituelle.
  - Un poids au niveau de l'estomac (si la partie inférieure du cœur est concernée).
  - Une sensation de nausée ou de vertige.
- Si ces troubles surviennent brusquement, pour la première fois, n'hésitez pas à appeler immédiatement le 15 ! Surtout s'ils concernent une fumeuse ayant trop de tension et de cholestérol. Ensuite, une fois passée cette première alerte, ne pas faire l'impasse sur le séjour en centre de rééducation s'il est proposé par le cardiologue. On y apprend à se réadapter à l'effort, à adopter une meilleure alimentation et à gérer le stress : des éléments aussi importants pour l'avenir que les médicaments.

Marie-Christine Colinin

**L**es maladies cardiovasculaires explosent chez les femmes. Elles représentent aujourd'hui leur première cause de décès, terrassant une Française sur trois. « Elles frappent aussi de plus en plus jeune, alerte le Pr. Claire Mounier-Véhier, présidente de la Fédération française de cardiologie. Les infarctus avant 55 ans ont augmenté d'environ 20 % chez la femme tandis qu'ils baissaient parallèlement de 8 % chez les hommes du même âge. »

Les facteurs de risque sont les mêmes,

**11 %**

C'est le pourcentage de jeunes de 15 à 24 ans parmi les 6 200 Français qui se découvrent positifs au VIH chaque année.

(Source : Journée mondiale de la lutte contre le sida)

## ACTUS SANTÉ

### Des livres pour dyslexiques

La dyslexie concerne 5 % des élèves. Ce trouble du langage entraîne de grandes difficultés d'apprentissage de l'orthographe et de la lecture. Pourtant, les éditions Belin ont fait le pari de faire découvrir à ces enfants le plaisir des livres, avec la collection Colibri conçue pour eux. Tout y a été pensé selon les dernières découvertes scientifiques sur les dyslexies (choix des mots, espacement des lettres...), chaque ouvrage ayant été testé en classe et dans des cabinets d'orthophonistes. De 8 à 12 ans, la bibliothèque comprend quatre niveaux de lecture afin d'accompagner la progression de l'enfant.

### Dépister son diabète à la pharmacie

Seulement un Français sur trois se fait dépister, alors qu'on estime qu'environ 700 000 patients sont porteurs de cette maladie et l'ignorent, au risque de développer des complications. C'est pourquoi plusieurs centaines de pharmaciens (répertoriés sur le site [espace-diabete.com](http://espace-diabete.com)), ont déjà décidé d'offrir un « espace diabète » à leurs clients, au sein duquel une nouvelle technologie permet d'évaluer son risque par simple analyse de la sueur. Une méthode moins contraignante que le prélèvement de sang, totalement indolore, et qui affiche le résultat en trois minutes. De plus, ce test gratuit peut être réalisé à n'importe quel moment de la journée.

Voir adresses p. 125