

MALADIE AUTOIMMUNE ET SANTÉ DU CŒUR

PARCE QU'ELLE NOUS TIEN À CŒUR • POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS : VOTRECŒUR.CA



La maladie du cœur est la principale cause de décès chez les personnes atteintes de polyarthrite rhumatoïde ou de lupus.



Le risque de crise cardiaque est 2 fois plus élevé en cas de polyarthrite rhumatoïde et 9 fois supérieur en cas de lupus.



Les femmes sont 3 fois plus susceptibles que les hommes de souffrir de polyarthrite rhumatoïde et leur risque d'être atteinte de lupus est 9 fois supérieur.

QU'EST-CE QU'UNE MALADIE AUTOIMMUNE?



Le système immunitaire combat ses propres cellules, ce qui cause des lésions et un dysfonctionnement de l'organisme.



Polyarthrite rhumatoïde :
un type chronique d'arthrite inflammatoire



Lupus érythémateux disséminé (lupus) :
affection qui attaque les cellules et les tissus sains

FACTEURS DE RISQUE

Femme



Antécédents familiaux



Âge (femmes jeunes)



Maladie auto-immune



Inflammation chronique



Remodèle la paroi des vaisseaux sanguins



Les plaques accumulées sur la paroi des vaisseaux sanguins présentent un plus grand risque de rupture.



INCIDENCE SUPÉRIEURE DE



Diabète de type 2

+



Hypertension

=

CE QUE JE PEUX FAIRE?

Les mesures que vous prenez pour maîtriser votre polyarthrite rhumatoïde ou votre lupus vous aideront à diminuer votre risque de maladie du cœur.



Apprenez à connaître vos chiffres importants et ce qu'ils signifient :

Test d'hémoglobine A1c (analyse de la glycémie), tension artérielle et cholestérol.



Soyez plus active, moins souvent assise.

Choisissez une activité qui vous plaît et qui correspond à votre mode de vie. Visez 30 minutes par jour (marche, vélo, etc.).



Si vous fumez, **demandez de l'aide pour cesser.**



Prenez vos médicaments selon l'ordonnance.



Téléchargez les 5 principales questions à poser à votre médecin à votrecœur.ca