



HFA
Heart Failure
Association

CE QUE LES PATIENTS SOUFFRANT D'INSUFFISANCE CARDIAQUE DOIVENT SAVOIR SUR LE COVID-19 :

Le COVID-19 est un nouveau coronavirus. Il contient du matériel génétique qui peut infecter les cellules humaines, lesquelles se multiplieront et produiront plus de virus. La pandémie de COVID-19 est une urgence de santé publique qui évolue rapidement. Elle a commencé à la fin du mois de décembre 2019 dans la ville de Wuhan, située dans la province du Hubei en Chine, et s'est rapidement répandue dans les pays et territoires du monde entier.

La propagation de l'homme à l'homme se produit par la toux et les éternuements. Les gouttelettes respiratoires portant le virus peuvent vous infecter en cas de contact avec la bouche, le nez ou les yeux. Le virus peut également contaminer les surfaces et survivre pendant plusieurs jours ou plus. Au moins 80 % des patients infectés présentent des symptômes légers et se rétablissent sans besoin d'une intervention médicale intensive.

Les signes de COVID-19 comprennent des symptômes pseudo-grippaux tels que de la fièvre, une toux nouvelle et persistante, de la fatigue, des maux de tête et des maux de gorge. Le virus peut entraîner une pneumonie chez certains patients, accompagnée de difficultés respiratoires progressives et, dans les cas les plus graves, peut être mortel. Toutefois, le taux global de mortalité clinique du COVID-19, d'après les rapports publiés initialement, demeure faible, à environ 2 %.

QUE REPRÉSENTE LE COVID-19 POUR LES PATIENTS SOUFFRANT D'UNE INSUFFISANCE CARDIAQUE ?

Des complications graves, nécessitant une hospitalisation, qui augmentent considérablement avec l'âge. Les personnes de plus de 70 ans courent un risque particulièrement élevé, car bon nombre d'entre elles souffrent également d'insuffisance cardiaque et d'autres problèmes médicaux sous-jacents.

Les patients atteints de maladies respiratoires chroniques, de maladies cardiovasculaires chroniques telles que **l'insuffisance cardiaque**, le diabète, l'hypertension, le cancer et les maladies auto-immunes ou les patients prenant des médicaments immunosuppresseurs à la suite d'une transplantation sont plus vulnérables face aux pires conséquences du virus. Les patients souffrant d'insuffisance cardiaque peuvent présenter au moins un ou plusieurs de ces autres problèmes de santé et sont donc exposés à un risque plus élevé d'hospitalisation et de complications graves. C'est pour cela que les recommandations suivantes sont suggérées :

Recommandations pour les patients souffrant d'insuffisance cardiaque pendant la pandémie de COVID-19

Mesures générales de prévention

- 1- **Évitez tout contact rapproché avec d'autres personnes, même si elles ne sont pas malades** (poignées de main, embrassades, baisers).
- 2- **Gardez une distance d'au moins 2 mètres** des personnes malades ou suspectées d'être infectées (celles qui ont récemment voyagé dans un pays où l'épidémie a récemment éclaté ou qui ont été exposées à un patient atteint du COVID-19).
- 3- **Restez chez vous** et évitez les zones densément peuplées.
- 4- **Lavez-vous les mains fréquemment** au savon et à l'eau chaude pendant au moins 20 secondes après avoir quitté la maison et après avoir utilisé les toilettes. Il est également recommandé de se laver les mains après s'être mouché, avoir éternué et avant de manger. Essayez d'éviter de toucher les ordinateurs, les ordinateurs portables, les smartphones, les télécommandes et les autres surfaces potentiellement contaminées si elles ont été utilisées par quelqu'un d'autre.
- 5- **Ne restez pas dans la même pièce** qu'une personne potentiellement malade.
- 6- **Évitez les rassemblements, les réunions et les foules**, et limitez les achats en magasin autant que possible.
- 7- **Évitez les déplacements en transports en commun**, sauf s'ils sont essentiels.

Conseils pratiques

- 1- **Essayez de rester actif et de faire de l'exercice à la maison.** Les patients peuvent faire de l'exercice à domicile sans équipement spécial. La musique peut souvent s'avérer utile.
- 2- **Essayez d'obtenir suffisamment** de médicaments pour traiter votre insuffisance cardiaque pour une durée d'au moins 3 mois.
- 3- **Essayez de maintenir votre traitement médicamenteux et les posologies actuels.** Cela comprend les diurétiques et les bêtabloquants. Il est également important que les patients poursuivent leur traitement avec les inhibiteurs de l'ECA, les ARA et les INAA.
- 4- **S'il vous est impossible d'obtenir tous vos médicaments** auprès de votre pharmacie ou si vous n'en avez plus, continuez à prendre ce dont vous disposez et contactez votre médecin ou votre infirmière.
- 5- **Ne faites pas d'automédication.** Si vous présentez des symptômes, tels qu'un essoufflement accru, discutez de tout ajustement du traitement médical avec un professionnel de santé. Un appel téléphonique est souvent suffisant pour décider de l'ajustement des médicaments, comme les diurétiques, ou de la nécessité de procéder à un examen à l'hôpital.
- 6- **Évitez d'arrêter brusquement** les médicaments qui diminuent la fréquence cardiaque, tels que les bêtabloquants. Évitez les anti-inflammatoires (AINS).
- 7- **Consultez un médecin** si vous ressentez l'un des symptômes suivants : douleur thoracique, rythme cardiaque irrégulier ou élevé, essoufflement progressif, toux sévère, vertiges ou évanouissements, car vous pourriez avoir besoin d'une hospitalisation et d'une surveillance intensive.
- 8- **Si la situation de votre pays le permet, faites en sorte d'être à jour dans vos vaccins.** Il s'agit notamment du vaccin contre la grippe saisonnière et du vaccin anti-pneumococcique, compte tenu du risque accru d'infection bactérienne secondaire par le COVID-19.
- 9- **Évitez les visites de routine à la clinique/l'hôpital dans les cliniques** où est traitée l'insuffisance cardiaque ou les autres cliniques situées dans les zones où une épidémie de COVID-19 est en cours. Remplacez les visites par un appel téléphonique ou ayez recours à une personne proposant des services de télésanté, le cas échéant.
- 10- **Si vous avez été en contact direct avec un patient suspecté d'être infecté par le COVID-19**, vous devez vous isoler, surveiller les signes et symptômes de la maladie et envisager d'en informer votre médecin ou votre infirmière.
- 11- **Si la quarantaine est recommandée**, protégez les autres en restant chez vous dans votre chambre. Si vous avez l'impression d'avoir un rhume ou une grippe, couvrez votre toux ou éternuez dans un mouchoir ou dans votre coude. Vous devez porter un masque pour éviter de propager le virus.
- 12- **Demandez des informations** à votre autorité locale sur l'épidémie de coronavirus dans votre région.

Recommandations pour les patients qui développent des symptômes

- 1- **Les patients souffrant d'insuffisance cardiaque sont souvent essouffés** lors d'efforts et peuvent également attraper un rhume ou la grippe saisonnière et ont plus de difficulté à respirer. Cependant, si les symptômes du patient évoluent rapidement et que la respiration devient difficile lors d'une activité minimale et est accompagnée de fièvre et d'une toux sèche, il faut contacter un médecin ou une infirmière.
- 2- **Si des signes et des symptômes semblent** suggérer une infection par le COVID-19, traitez-vous avec des mesures de soutien, comme s'il s'agissait d'un rhume ou d'une grippe. Les signes de COVID-19 peuvent inclure des symptômes pseudo-grippaux tels que de la fièvre, une toux, un souffle court, de la fatigue, des maux de tête et des maux de gorge.
- 3- **Les liquides jouent un rôle important et le paracétamol est souvent efficace** pour réduire les symptômes et la fièvre. Évitez les anti-inflammatoires (AINS).
- 4- **Vous devez porter un masque pour éviter de propager** le virus à d'autres personnes.
- 5- **Si vous suspectez que vous avez été infecté, vous devez vous mettre en quarantaine et contacter votre médecin traitant**, votre infirmière spécialiste de l'insuffisance cardiaque ou votre médecin spécialiste de l'insuffisance cardiaque pour obtenir d'autres recommandations concernant la nécessité d'un dépistage du COVID-19.