

Comprendre la dyslipidémie

UN GUIDE POUR LES PATIENTS ET LES SOIGNANTS DE HEARTLIFE



QU'EST-CE QUE LA DYSLIPIDÉMIE ?

La dyslipidémie désigne un taux anormal ou déséquilibré de graisses (lipides) dans le sang, comme le cholestérol ou les triglycérides. La dyslipidémie ne présente souvent aucun symptôme. Beaucoup de personnes ne la découvrent qu'à l'occasion d'une analyse sanguine.

Il existe trois principaux types de graisses sanguines :

- Cholestérol LDL
- Cholestérol HDL
- Triglycérides



POURQUOI EST-CE IMPORTANT ?

Une dyslipidémie non contrôlée augmente votre risque de : crise cardiaque et accident vasculaire cérébral, insuffisance cardiaque, maladie rénale et maladie artérielle périphérique.



COMMENT LE DIAGNOSTIC EST-IL POSÉ ?

UNE SIMPLE ANALYSE SANGUINE APPELÉE BILAN LIPIDIQUE MESURE

- Cholestérol total
- Cholestérol LDL
- Cholestérol HDL
- Triglycérides

VOTRE MÉDECIN PEUT ÉGALEMENT PRESCRIRE L'ANALYSE DE

- AApoB: son taux reflète le nombre de « mauvaises » particules dans votre sang.
- Lp(a): une forme génétique de cholestérol associée à un risque plus élevé de maladie cardiaque.



COMMENT LA DYSLIPIDÉMIE EST-ELLE TRAITÉE ?

MÉDICAMENTS

- Des statines
- Ezétimibe
- Inhibiteurs de la PCSK9
- Acide bempédoïque : nouvelle option pour les personnes qui ne peuvent pas prendre de statines.
- Fibrates, oméga-3 ou icosapent éthyl

MODE DE VIE

- Mangez des aliments bons pour le cœur (fruits, légumes, céréales complètes, protéines maigres, graisses saines).
- Soyez actif: visez au moins 150 minutes d'exercice modéré par semaine.
- Évitez de fumer et limitez votre consommation d'alcool.
- Maintenez un poids santé.





VIVRE AVEC UNE DYSLIPIDÉMIE

- Prenez vos médicaments exactement comme prescrit.
- Suivez l'évolution de vos résultats au fil du temps.
- N'oubliez pas : la gestion du cholestérol concerne la santé de votre cœur à long terme, et pas seulement un test de laboratoire.
- Du soutien est disponible, vous n'êtes pas seul.

QUESTIONS À POSER À VOTRE ÉQUIPE SOIGNANTE



Quels sont mes taux de cholestérol et de triglycérides, et quels devraient être mes objectifs ?

Ai-je besoin de médicaments en plus des changements de mode de vie ?

À quelle fréquence dois-je faire contrôler mon sang ?
Dois-je faire un test de dépistage de l'ApoB ou de la Lp(a) ?

Quels sont les effets secondaires à surveiller ?

Intervenir dès aujourd'hui!

Bien vivre avec le diabète et l'insuffisance cardiaque, c'est possible. Discutez avec votre médecin de l'élaboration d'un plan de soins personnalisé. La prise en charge conjointe des deux pathologies peut améliorer votre qualité de vie et vous aider à rester actif et en bonne santé.



Académie HeartLife

Pour plus d'informations et d'aide heartlife.ca/academy/



FOUNDATION **HeartLife**

Canada's patient-led heart disease charity
"Il s'agit de la vie. Pas de la défaite.™"



heartlife.ca

Notre mission

La Fondation HeartLife est une organisation caritative axée sur les patients dont la mission est d'améliorer la qualité de vie des personnes atteintes de maladies cardiovasculaires en mobilisant, en éduquant et en responsabilisant une communauté mondiale. Notre objectif est de créer des solutions durables, de stimuler l'innovation et d'améliorer la santé des patients, des soignants et des familles du monde entier.