

Médication



Pour en savoir plus au sujet de
l'insuffisance cardiaque, visitez
**[coeuretavc.ca/coeur/conditions/
insuffisance-cardiaque](http://coeuretavc.ca/coeur/conditions/insuffisance-cardiaque)**

Inhibiteurs de l'ECA

Inhibiteurs de l'ECA les plus courants

Demandez à votre dispensateur de soins d'indiquer celui que vous prenez.

- Ramipril (Altace^{MD})
- Périndopril (Coversyl^{MD})
- Trandolapril (Mavik^{MD})
- Énalapril (Vasotec^{MD})
- Lisinopril (Prinivil^{MD}, Zestril^{MD})
- Quinapril (Accupril^{MD})
- Autre _____

En quoi consistent les inhibiteurs de l'ECA?

Les inhibiteurs de l'ECA sont un groupe de médicaments qui évite la production d'hormones de stress par votre corps. Les hormones de stress font contracter ou rétrécir les vaisseaux sanguins, causant des difficultés pour le cœur de pomper le sang dans tout votre organisme.

Les inhibiteurs de l'ECA détendent vos vaisseaux sanguins et permettent ainsi au sang de circuler plus aisément. Ceci facilite le travail de votre cœur et diminue votre pression artérielle.

Pourquoi prendre ces médicaments?

Les inhibiteurs de l'ECA permettent de traiter les problèmes de santé suivants :

- Insuffisance cardiaque
- Hypertension artérielle

Ils sont aussi utilisés pour :

- Prévenir les dommages aux reins chez les personnes qui sont diabétiques ou qui ont un risque de maladie rénale;
- Aider le cœur à se rétablir à la suite d'une crise cardiaque.

En quoi ces médicaments aident-ils en cas d'insuffisance cardiaque?

Les inhibiteurs de l'ECA peuvent :

- Ralentir le développement de votre insuffisance cardiaque;
- Vous aider à vivre plus longtemps;
- Améliorer votre qualité de vie;
- Vous éviter de rester à l'hôpital pour subir des traitements.

Lorsqu'ils sont pris avec d'autres médicaments contre l'insuffisance cardiaque, dans le cadre de votre plan de traitement, les inhibiteurs de l'ECA peuvent aider à :

- Atténuer votre essoufflement;
- Réduire l'enflure de vos jambes et de votre abdomen;
- Accroître votre énergie.

Que faire si vous oubliez de prendre une dose?

Si'il est presque temps de prendre la prochaine dose, ne prenez pas celle que vous avez oubliée.

Ne prenez jamais deux doses simultanément.

Si vous avez des questions sur la prise ou l'oubli de votre médication, contactez votre pharmacien ou votre dispensateur de soins.

Ne prenez aucune des substances suivantes sans avoir consulté votre dispensateur de soins :

- Alcool
- Médicaments contre le rhume ou la toux
- Réglisse noire
- Produits de la médecine chinoise
- Remèdes à base de plantes médicinales
- Médicaments anti-inflammatoires (ibuprofène, naproxène; Advil^{MD}, Aleve^{MD}, Celebrex^{MD}, Motrin^{MD})

Effets secondaires courants

Ce qu'il faut faire

Toux sèche



- Cet effet devrait partir après un certain temps.
- Si votre toux empire ou devient dérangeante, contactez votre dispensateur de soins.

Éruption cutanée
Irritation
Fièvre et frissons



- Contactez votre dispensateur de soins si ces effets ne se dissipent pas dans les deux jours suivant le début de votre médication.

Vertige
Étourdissement



- Lorsque vous changez de position (couchée à assise, ou assise à debout), bougez lentement.
- Contactez votre dispensateur de soins si les effets persistent ou empirent.

Effets secondaires graves et rares

Ce qu'il faut faire

Enfllement du visage, des lèvres,
de la langue
Difficulté à respirer
Déglutition difficile

- Cessez de prendre l'inhibiteur de l'ECA.
- Contactez votre médecin immédiatement ou rendez-vous au service des urgences le plus proche.

Conseils sur les médicaments

- Vous pourriez ressentir des vertiges ou des étourdissements les premiers jours où vous commencez à prendre un inhibiteur de l'ECA, mais la situation s'améliore généralement avec le temps.
 - Si ce n'est pas le cas, votre dispensateur de soins pourrait devoir changer le type ou la quantité du médicament que vous prenez.
- Les inhibiteurs de l'ECA peuvent augmenter la quantité de potassium, dans votre corps. Évitez de prendre des suppléments de potassium sauf s'ils vous ont été prescrits.
 - Consultez votre dispensateur de soins avant de prendre des produits qui contiennent du potassium, comme des succédanés de sel.
- Si la dose de votre médicament est modifiée, vous devrez faire des analyses de sang pour surveiller votre fonction rénale et vos niveaux de potassium.
- Il est possible que vous deviez attendre plusieurs semaines, voire des mois, avant d'observer une amélioration de votre insuffisance.
- Si votre pression artérielle est basse, ne faites rien qui pourrait l'abaisser davantage :
 - **Ne consommez pas** d'alcool.
 - **Ne faites pas** d'activité physique qui pourrait vous fatiguer.
 - **Ne prenez pas** de douche ou de bain trop chauds, et évitez les spas et les saunas.
- Contactez votre dispensateur de soins si vous avez une diarrhée ou des vomissements qui persistent plus de deux jours.
 - Vous pourriez perdre trop d'eau et développer des problèmes rénaux.

Bloqueurs du récepteur de l'angiotensine II (ARB)

ARB les plus courants

Demandez à votre dispensateur de soins d'indiquer celui que vous prenez.

- Candesartan (Atacand^{MD})
- Losartan (Cozaar^{MD})
- Valsartan (Diovan^{MD})
- Irbesartan (Avapro^{MD})
- Autre _____

En quoi consistent les ARB?

Les ARB sont un groupe de médicaments qui évite la production d'hormones de stress par votre corps. Les hormones de stress font contracter ou rétrécir les vaisseaux sanguins, causant des difficultés pour le cœur de pomper le sang dans tout votre organisme.

Les ARB détendent vos vaisseaux sanguins et permettent ainsi au sang de circuler plus aisément. Ceci facilite le travail de votre cœur et diminue votre pression artérielle.

Pourquoi prendre ces médicaments?

Les ARB permettent de traiter les problèmes de santé suivants :

- Insuffisance cardiaque
- Hypertension artérielle

Ils sont aussi utilisés pour :

- Prévenir les dommages aux reins chez les personnes qui sont diabétiques ou qui ont un risque de maladie rénale;
- Aider le cœur à se rétablir à la suite d'une crise cardiaque.

En quoi ces médicaments aident-ils en cas d'insuffisance cardiaque?

Les ARB peuvent :

- Ralentir le développement de votre insuffisance cardiaque;
- Vous aider à vivre plus longtemps
- Améliorer votre qualité de vie;
- Vous éviter de rester à l'hôpital pour subir des traitements.

Lorsqu'ils sont pris avec d'autres médicaments contre l'insuffisance cardiaque, dans le cadre de votre plan de traitement, les ARB peuvent aider à :

- Atténuer votre essoufflement;
- Réduire l'enflure de vos jambes et de votre abdomen;
- Accroître votre énergie.

Que faire si vous oubliez de prendre une dose?

S'il est presque temps de prendre la prochaine dose, ne prenez pas celle que vous avez oubliée.

Ne prenez jamais deux doses simultanément.

Si vous avez des questions sur la prise ou l'oubli de votre médication, contactez votre pharmacien ou votre dispensateur de soins.

Ne prenez aucune des substances suivantes sans avoir consulté votre dispensateur de soins :

- Alcool
- Médicaments contre le rhume ou la toux
- Réglisse noire
- Produits de la médecine chinoise
- Remèdes à base de plantes médicinales
- Médicaments anti-inflammatoires (ibuprofène, naproxène; Advil^{MD}, Aleve^{MD}, Celebrex^{MD}, Motrin^{MD})

Effets secondaires courants

Ce qu'il faut faire

Étourdissement
Vertige



- Levez-vous lentement lorsque vous changez de position (couchée à assise, ou assise à debout).
- Contactez votre dispensateur de soins si les effets persistent ou empirent.
- Ces effets peuvent être plus importants après votre première dose, en particulier si vous prenez également un diurétique.

Baisse de la pression
artérielle

- Levez-vous lentement lorsque vous changez de position (couché à assis, ou assis à debout).
- Contactez votre dispensateur de soins si les effets persistent ou empirent.

Diarrhée

- Contactez votre dispensateur de soins si elle dure plus de deux jours.

Effets secondaires graves et rares

Ce qu'il faut faire

Enflure du visage, des lèvres,
de la langue
Difficulté à respirer
Déglutition difficile

- Cessez de prendre les ARB.
- Contactez votre médecin immédiatement ou rendez-vous au service des urgences le plus proche.

Le saviez-vous? Il est possible que vous deviez attendre plusieurs semaines, voire des mois, avant d'observer une amélioration.

Conseils sur les médicaments

- Vous pourriez ressentir des vertiges ou des étourdissements les premiers jours où vous commencez à prendre des ARB, mais la situation s'améliore généralement avec le temps.
 - Si ce n'est pas le cas, votre dispensateur de soins pourrait devoir changer la quantité des ARB que vous prenez.
- Si votre pression artérielle est basse, ne faites rien qui pourrait l'abaisser davantage :
 - Ne consommez pas d'alcool.
 - Ne faites pas d'activité physique qui pourrait vous fatiguer.
 - Ne prenez pas de douche ou de bain trop chauds.
 - Évitez les spas et les saunas.
- Les ARB peuvent augmenter la quantité de potassium dans votre corps. Évitez de prendre des suppléments de potassium, sauf s'ils vous ont été prescrits.
 - Consultez votre dispensateur de soins avant de prendre des produits qui contiennent du potassium, comme des succédanés de sel.
 - Vous devrez faire des analyses de sang pour surveiller votre fonction rénale et vos niveaux de potassium de temps en temps.
- Contactez votre dispensateur de soins si vous avez une diarrhée ou des vomissements qui persistent plus de deux jours.
 - Vous pourriez perdre trop d'eau et développer des problèmes rénaux.

Bêtabloquants

Bêtabloquants les plus courants

Demandez à votre dispensateur de soins d'indiquer celui que vous prenez.

- Bisoprolol (Monacor^{MD})
- Carvédilol (Coreg^{MD})
- Métoprolol (Lopressor^{MD})
- Autre _____

En quoi consistent les bêtabloquants?

Les bêtabloquants sont un groupe de médicaments qui relaxent le muscle cardiaque et ralentit le rythme cardiaque. Ils bloquent également les effets des hormones de stress de votre corps. Ces dernières rétrécissent les vaisseaux sanguins, causant des difficultés pour le pompage du sang par le cœur dans tout votre organisme. Le blocage de vos hormones de stress relaxe les vaisseaux sanguins, facilitant ainsi le pompage du sang par le cœur.

Pourquoi prendre ces médicaments?

- Insuffisance cardiaque
- Hypertension artérielle
- Fréquence cardiaque rapide ou rythme cardiaque irrégulier
- Douleur thoracique associée à l'angine de poitrine
- Après une crise cardiaque

En quoi les bêtabloquants aident-ils en cas d'insuffisance cardiaque?

Les bêtabloquants peuvent :

- Faire baisser votre pression artérielle, permettant au cœur de se reposer;
- Ralentir le développement de votre insuffisance cardiaque;
- Améliorer votre qualité de vie;
- Vous aider à vivre plus longtemps.

Que faire si vous oubliez de prendre une dose?

S'il est presque temps de prendre la prochaine dose, ne prenez pas celle que vous avez oubliée.

Ne prenez jamais deux doses simultanément.

Si vous avez des questions sur la prise ou l'oubli de votre médication, contactez votre pharmacien ou votre dispensateur de soins.

Ne prenez aucune des substances suivantes sans avoir consulté votre dispensateur de soins :

- Alcool
- Médicaments contre le rhume ou la toux
- Régilisse noire
- Remèdes à base de plantes médicinales
- Produits de la médecine chinoise
- Médicaments anti-inflammatoires (ibuprofène, naproxène; Advil^{MD}, Aleve^{MD}, Celebrex^{MD}, Motrin^{MD})
- Autres médicaments vendus sans ordonnance en pharmacie

Coordonnées de votre dispensateur de soins de santé

Le saviez-vous? Il est possible que vous deviez attendre plusieurs semaines, voire des mois, avant de constater une amélioration de votre insuffisance cardiaque et de vous sentir mieux.

Effets secondaires courants

Si vous éprouvez un de ces effets secondaires, veuillez contacter votre dispensateur de soins afin de savoir comment le gérer. Contactez-le **immédiatement** si l'un des effets secondaires ci-dessous ne disparaît pas ou empire.

• Fatigue perpétuelle

• Étourdissement ou vertige

• Rythme cardiaque très lent (les médicaments ralentissent trop votre cœur – peut causer des étourdissements)

• Essoufflement ou difficulté à respirer

• Mains ou pieds froids

• Engourdissement ou picotement dans vos mains ou pieds



• Saute d'humeur

• Fait de ne pas avoir le moral ou de se sentir déprimé

• Sommeil difficile

• Cauchemars

• Perte du désir sexuel

• Selles liquides (diarrhée)

Si vous prenez des médicaments pour votre diabète, les bêtabloquants peuvent masquer ou cacher des signes d'hypoglycémie. Par exemple, vous pourriez ne pas éprouver des tremblements ou avoir l'impression que votre cœur s'emballa. Cependant, vous pourriez ressentir d'autres signes d'hypoglycémie comme avoir faim ou suer.

Le saviez-vous? Il arrive fréquemment que les gens se sentent mal durant les deux premières semaines après avoir commencé les bêtabloquants ou après en avoir changé la dose. Vous pourriez vous sentir plus fatigué qu'à l'habitude, ou remarquer que vos symptômes d'insuffisance cardiaque empirent.

Conseils sur les médicaments

Avant de commencer à prendre un bêtabloquant, assurez-vous d'en informer votre dispensateur de soins :

- Si vous avez des antécédents de problèmes respiratoires (tels que l'asthme);
- Si vous souffrez d'une maladie vasculaire périphérique (comme avoir les mains ou les pieds froids, ou des douleurs dans les jambes après avoir marché).

Si vous faites de l'hypertension artérielle, consultez votre dispensateur de soins avant de prendre des produits qui pourraient augmenter votre pression artérielle, comme :

- Des médicaments contre la toux ou le rhume;
- Des pilules pour maigrir ou d'autres stimulants;
- De l'ibuprofène;
- Des produits naturels.

N'arrêtez pas de prendre vos bêtabloquants subitement. Cela pourrait aggraver votre insuffisance cardiaque.

Si votre pression artérielle est basse, ne faites rien qui pourrait l'abaisser encore plus.

- **Ne consommez pas** d'alcool.
- **Ne faites pas** d'activité physique qui pourrait vous fatiguer.
- **Ne prenez pas** de douche ou de bain trop chaud, et évitez les spas et les saunas.

Contactez votre dispensateur de soins immédiatement si vous avez les signes suivants en réaction au bêtabloquant :

- Respiration sifflante
- Serrement à la poitrine
- Démangeaisons
- Convulsions
- Enflure du visage, des lèvres, de la langue ou de la gorge
- Impression que vous allez vous évanouir ou vous effondrer

Antagonistes du récepteur des minéralocorticoïdes (ARM)

Un groupe de médicaments aussi connu sous le nom d'inhibiteurs ou antagonistes de l'aldostérone.

ARM les plus courants

Demandez à votre dispensateur de soins d'indiquer celui que vous prenez.

- Spironolactone (Aldactone^{MD})
- Éplérénone (Inspra^{MD})

En quoi consistent les ARM?

Les ARM sont un type de médicaments qui permettent de bloquer l'aldostérone, une hormone stéroïdienne qui aide vos reins à contrôler la quantité de sodium, de potassium et d'eau qui se trouve dans votre organisme. Les ARM agissent de deux façons.

En bloquant l'hormone :

- Vos reins retiennent davantage de potassium;
- Vos reins éliminent davantage de sel (sodium) et d'eau de votre corps en vous faisant uriner davantage.

Pourquoi prendre ces médicaments?

- Insuffisance cardiaque
- Hypertension artérielle
- Autres problèmes de santé qui causent une accumulation de liquides dans l'organisme

En quoi les ARM aident-ils en cas d'insuffisance cardiaque?

- En réduisant la quantité d'eau dans votre corps, ils diminuent également votre pression artérielle pour que votre cœur n'ait pas besoin de faire autant d'efforts.
- Ils vous rendent moins essoufflé.
- Ils réduisent l'enflure des jambes et le gonflement de l'estomac.
- Ils peuvent vous permettre d'éviter des traitements contre l'insuffisance cardiaque à l'hôpital.

Que faire si vous oubliez de prendre une dose?

S'il est déjà ou presque temps de prendre votre prochaine dose, laissez tomber celle que vous avez manquée et prenez la dose suivante comme d'habitude.

Ne prenez jamais deux doses en même temps.

Si vous avez d'autres questions sur la prise ou l'oubli de votre médication, communiquez avec votre pharmacien ou votre dispensateur de soins.

Ne prenez aucune des substances suivantes sans avoir consulté votre dispensateur de soins :

- Suppléments de potassium
- Substituts de sel
- Alcool
- Remèdes contre la toux ou le rhume
- Réglisse noire
- Remèdes à base de plantes médicinales
- Produits de la médecine chinoise
- Médicaments anti-inflammatoires (ibuprofène, naproxène; Advil^{MD}, Aleve^{MD}, Celebrex^{MD}, Motrin^{MD})
- Autres médicaments vendus sans ordonnance en pharmacie

Coordonnées de votre dispensateur de soins

Effets secondaires courants

Assurez-vous de signaler à votre dispensateur de soins tout effet secondaire que vous pourriez ressentir.

- Taux de potassium élevé dans le sang
- Besoin d'uriner trop fréquemment
- Sensation d'étourdissement
- Déshydratation (quand vous avez perdu trop de liquide)



Vous pourriez être déshydraté si :

- vous perdez plus de 2 kg (4 lb) en deux jours ou plus de 2,5 kg (5 lb) en une semaine;
- votre bouche est très sèche;
- vous avez très soif;
- vous vous sentez très étourdi;
- votre urine est très foncée.

- Mal de cœur (nausée)
- Perte d'appétit
- Mal de tête
- Crampes musculaires
- Chez les hommes :



- sensibilité de la poitrine
- augmentation du volume de la poitrine

Effets secondaires plus rares

- Éruption cutanée
- Irrégularités menstruelles et sensibilité des seins chez les femmes

Si les effets secondaires ne disparaissent pas ou empirent, communiquez immédiatement avec votre dispensateur de soins.

Conseils sur les médicaments

- Quand vous prenez un antagoniste de l'aldostérone, pesez-vous tous les jours et notez votre poids.
- Communiquez avec votre dispensateur de soins si vous prenez plus de 2 kg (4 lb) sur une période de deux jours consécutifs, ou de 2,5 kg (5 lb) au cours d'une semaine.
- Ne buvez pas plus de 1,5 à 2 litres de liquides tous les jours.
1,5 à 2,0 litres = de 48 à 64 onces = de 6 à 8 verres (Pour en savoir plus, consultez la ressource sur la limitation de la consommation de liquides au www.coeuretavc.ca/coeur/conditions/insuffisance-cardiaque.)
- Pour que vous n'ayez pas mal au cœur, mangez juste avant ou après avoir pris votre médicament.
- Ne prenez pas de suppléments de potassium ou d'aliments riches en potassium, comme les fruits séchés, la pomme de terre, le jus d'orange, la banane et l'avocat.

Consultez la ressource sur les aliments riches en potassium au www.coeuretavc.ca/coeur/conditions/insuffisance-cardiaque.

- Votre dispensateur de soins pourrait vous prévoir des analyses sanguines dans le but de vérifier vos taux de potassium et de sodium, ainsi que votre fonction rénale.
- Avant d'arrêter de prendre un antagoniste de l'aldostérone, consultez toujours votre dispensateur de soins. Si vous cessez de prendre ce médicament, votre insuffisance cardiaque pourrait empirer.
- Si vous prenez des médicaments antihypertenseurs, de la digoxine, des anti-inflammatoires ou des stéroïdes comme la cortisone, assurez-vous de le mentionner à votre dispensateur de soins.
- Si vous êtes atteint de diabète, de maladie rénale, de maladie du foie ou de goutte, assurez-vous de le mentionner à votre dispensateur de soins.
- Si vous faites de l'hypotension artérielle, ne faites rien qui risquerait de réduire davantage votre pression artérielle.
 - **Ne buvez pas** d'alcool.
 - **Ne prenez pas** de douche ou de bain très chaud, et n'allez pas dans un spa ou un sauna.

Diurétiques

Diurétiques les plus courants

Demandez à votre dispensateur de soins d'indiquer celui que vous prenez.

- Furosémide (Lasix^{MD})
- Métolazone (Zaroxolyn^{MD})
- Hydrochlorothiazide (HydroDIURIL^{MD}, Moduret^{MD})
- Bumétanide (Burinex^{MD})
- Autre _____

En quoi consistent les diurétiques?

Les diurétiques sont des médicaments qui aident vos reins à éliminer tout l'excès d'eau et de sel de votre organisme. De nombreuses personnes appellent ces médicaments « les pilules pour éliminer ».

Pourquoi prendre ces médicaments?

- Insuffisance cardiaque
- Hypertension artérielle
- Autres problèmes de santé qui provoquent l'accumulation de liquide dans l'organisme

En quoi les diurétiques aident-ils en cas d'insuffisance cardiaque?

Les diurétiques peuvent :

- Faire baisser votre pression artérielle afin que votre cœur ne travaille pas aussi fort;
- Prévenir ou réduire l'essoufflement, l'œdème et les ballonnements;
- Vous aider à uriner davantage afin de réduire le liquide dans votre corps pour que votre cœur n'ait pas à pomper aussi fort;
- Améliorer votre qualité de vie.

Que faire si vous oubliez de prendre une dose?

S'il est presque temps pour votre dose suivante, sautez celle que vous avez oubliée et prenez uniquement la prochaine dose prévue.

Ne prenez jamais deux doses en même temps.

Pour toute question sur la prise ou l'oubli de votre médication, communiquez avec votre pharmacien ou votre dispensateur de soins.

Ne prenez aucune des substances suivantes sans avoir consulté votre dispensateur de soins :

- Alcool
- Médicaments contre la toux ou le rhume
- Réglisse noire
- Remèdes à base de plantes médicinales
- Produits de la médecine chinoise
- Médicaments anti-inflammatoires (ibuprofène, naproxène; Advil^{MD}, Aleve^{MD}, Celebrex^{MD}, Motrin^{MD})
- Autres médicaments vendus sans ordonnance en pharmacie

Coordonnées de votre dispensateur de soins

Effets secondaires courants

Si vous présentez des effets secondaires, informez-en toujours votre dispensateur de soins.

- Fait d'uriner souvent

- Cela peut durer jusqu'à quatre heures après avoir pris le diurétique.



- Sensation de vertige ou d'étourdissement

- Carence en potassium et en sodium (sel) qui pourrait provoquer les symptômes suivants :

- battements de cœur irréguliers
- crampes musculaires
- vision floue
- confusion
- mal de tête



- Mal de cœur (nausée) ou perte d'appétit

- Sensation de grande fatigue ou de faiblesse



- Éruption cutanée

- Déshydratation (lorsque vous avez perdu trop de liquide)

Vous souffrez de déshydratation si vous remarquez que vous avez la bouche vraiment sèche, que vous avez très soif, que votre urine est de couleur foncée, ou que vous êtes très étourdi.

Communiquez immédiatement avec votre dispensateur de soins si l'un de ces effets secondaires ne disparaît pas ou s'aggrave.

Conseils sur les médicaments

- Lors de la prise d'un diurétique, pesez-vous tous les jours et comptabilisez votre poids. Si vous prenez plus de 2 kg (4 lb) en deux jours ou 2,5 kg (5 lb) en une semaine, consultez votre dispensateur de soins.
- Avant d'arrêter la prise de votre diurétique, consultez toujours votre dispensateur de soins. Cela risque d'aggraver votre insuffisance cardiaque.
- Ne buvez pas plus de 1,5 à 2 litres de liquide par jour. 1,5 à 2,0 litres = 48 à 64 onces = 6 à 8 verres (Pour en savoir plus, reportez-vous à la ressource sur la limitation de la consommation de liquides.)
- Si vous avez mal à l'estomac lors de la prise d'un diurétique, prenez ce dernier au moment des repas.
- Levez-vous lentement lorsque vous passez de la position allongée à la position assise, et de la position assise à la position debout.
- Alternez les périodes d'activité et de repos pour conserver votre énergie.
- Prenez votre dernière dose avant 17 h afin de ne pas avoir à vous lever souvent pendant la nuit.

- Limitez votre exposition au soleil et portez toujours un écran solaire (même les jours nuageux).
- Si vous prenez des antihypertenseurs, de la digoxine, des anti-inflammatoires ou des stéroïdes, informez-en toujours votre dispensateur de soins.
- Si vous souffrez de diabète, de maladie rénale, de maladie du foie ou de goutte, informez-en toujours votre dispensateur de soins.
- Vérifiez votre pression artérielle au moins une fois par semaine ou faites-la vérifier par votre dispensateur de soins.
- Assurez-vous de passer des tests sanguins régulièrement pour vérifier vos taux de potassium et de sodium et votre fonction rénale.
- Si vous souffrez d'hypotension artérielle, ne faites rien qui puisse réduire encore plus votre pression artérielle.
 - **Ne buvez pas** d'alcool.
 - **Ne faites pas** d'efforts intenses.
 - **Ne prenez pas** de douches ni de bains très chauds, ou n'allez pas dans un spa ou un sauna.

Mélange d'hydralazine et de nitrate

Pourquoi prendre un mélange d'hydralazine et de nitrate?

La combinaison d'hydralazine et de nitrate est utilisée pour traiter l'insuffisance cardiaque si vous n'êtes pas en mesure de prendre un inhibiteur de l'enzyme de conversion de l'angiotensine (IECA) ou un antagoniste du récepteur de l'angiotensine (ARA) II.

En outre, il est préférable pour les gens de descendance africaine de prendre une combinaison d'hydralazine et de nitrate en plus de médicaments standard pour l'insuffisance cardiaque.

Qu'est-ce que l'hydralazine?

Il s'agit d'un médicament qui détend vos artères. Cela diminue votre pression artérielle, permettant au sang et à l'oxygène de circuler plus facilement dans votre organisme.

L'hydralazine est le nom le plus commun, mais pourrait aussi s'appeler « apresoline ».

Qu'est-ce qu'un nitrate?

Il s'agit d'un groupe de médicaments qui détendent vos veines, facilitant le travail de votre cœur.

Nitrates les plus courants

Demandez à votre dispensateur de soins d'indiquer lequel vous prenez.

- Isosorbide dinitrate (pilule) (Isordil^{MD})
- Isosorbide-5-mononitrate (pilule) (Imdur^{MD})
- Nitroglycérine (timbre) (Minitran^{MD}, Nitro-Dur^{MD}, Transderm-Nitro^{MD}, Trinipatch^{MD})
- Autre _____

En quoi cette combinaison aide-t-elle en cas d'insuffisance cardiaque?

Ensemble, ces médicaments peuvent :

- Réduire votre pression artérielle;
- Atténuer le travail de votre cœur;
- Améliorer votre qualité de vie;
- Vous aider à vivre plus longtemps;
- Vous aider à éviter un séjour à l'hôpital.

Que faire si vous oubliez de prendre une dose?

S'il est presque l'heure de votre prochaine dose, évitez de prendre celle que vous avez oubliée.

Prenez simplement votre prochaine dose prévue.

Ne prenez jamais deux doses en même temps.

Si vous avez des questions sur la prise ou l'oubli de votre médication, communiquez avec votre pharmacien ou votre dispensateur de soins.

Ne prenez aucune des substances suivantes sans avoir consulté votre dispensateur de soins :

- Alcool
- Médicaments contre le rhume ou la toux
- Réglisse noire
- Remèdes à base de plantes médicinales ou produits de la médecine chinoise
- Médicaments anti-inflammatoires (ibuprofène, naproxène; Advil^{MD}, Aleve^{MD}, Celebrex^{MD}, Motrin^{MD})

Coordonnées de votre dispensateur de soins

Effets secondaires courants

Hydralazine

- Hypotension artérielle et étourdissement ou vertige
- Sensation de faiblesse
- Constipation
- Évacuation de selles liquides (diarrhée)
- Mal de tête
- Bouffées de chaleur (chaleur ou rougeur au visage, au cou ou à la poitrine)



Nitrate

- Mal de tête
- Pression artérielle très basse
- Étourdissement ou vertige
- Bouffées de chaleur au visage ou au cou
- Irritation de la peau à cause de l'adhésif du timbre (prenez plutôt les comprimés)

Parlez à votre dispensateur de soins si vous avez un de ces effets secondaires courants, ou s'ils vous inquiètent.

Effets secondaires graves

Hydralazine

- Évanouissement
- Battements de cœur rapides ou très forts
- Engourdissement, picotement ou sensation de brûlure dans les mains ou les pieds
- Irritation
- Jointures enflées
- Fièvre inexplicquée



Nitrate

- Vision floue
- Douleur thoracique
- Évanouissement
- Urticaire
- Difficulté à respirer ou à avaler
- Estomac barbouillé (nausée)
- Vomissements

Communiquez avec votre dispensateurs de soins immédiatement si vous avez un de ces effets secondaires graves.

Conseils sur les médicaments

Lorsque vous prenez une combinaison d'hydralazine et de nitrate, faites vérifier régulièrement votre pression artérielle.

Lorsque vous prenez du nitrate par timbre :

- Retirez toujours le timbre pendant au moins 12 heures consécutives sur une période de 24 heures. Cela empêche votre corps de s'habituer au médicament.
- Changez toujours l'endroit où vous placez le timbre sur votre corps. Cela aide à prévenir les problèmes de peau.

Lorsque vous prenez du nitrate par pilule :

- Attendez toujours au moins 12 heures entre la prise de votre dernière dose de la journée et votre première du lendemain. Cela empêche votre corps de s'habituer au médicament.
- Si vous souffrez d'hypotension artérielle, ne faites rien qui puisse diminuer votre pression artérielle encore plus.
 - **Ne buvez pas** d'alcool.

- **Ne faites pas** d'exercice physique qui dépasse vos limites.

- **Ne prenez pas** de douches ou de bains très chauds.

- **N'allez pas** dans les spas ni les saunas.

- Ces médicaments peuvent causer des étourdissements. Ne conduisez pas un véhicule ou n'opérez pas de machinerie lourde jusqu'à ce que vous sachiez comment ces médicaments vous affectent.

- Si vous prenez un nitrate, **ne prenez pas** de médicament contre la dysfonction érectile (Viagra^{MD}, Cialis^{MD}, Levitra^{MD}). Cela pourrait entraîner une baisse importante de votre pression artérielle et vous faire perdre conscience.

- **N'arrêtez pas** subitement de prendre la combinaison d'hydralazine et de nitrate. Cela pourrait aggraver votre insuffisance cardiaque.

Warfarine (Coumadin^{MD})

Qu'est-ce que la warfarine?

La warfarine est un médicament qui empêche les caillots de sang dans votre corps de se former ou de devenir plus gros.

La warfarine est parfois appelée « anticoagulant ». Elle ne rend toutefois pas votre sang plus fluide. Elle vous permet simplement de saigner plus facilement.

Pourquoi prendre ces médicaments?

Les gens prennent de la warfarine pour différentes raisons. Demandez à votre dispensateur de soins de vérifier celle pour laquelle vous en prenez.

- Fibrillation auriculaire
- Valvule cardiaque
- Présence d'un caillot
- Autre _____

En quoi ces médicaments aident-ils en cas d'insuffisance cardiaque?

Si vous avez un problème de santé qui augmente vos chances de développer un caillot sanguin, la warfarine empêche la formation de caillots.

Si vous en avez déjà un, la warfarine l'empêche de devenir plus gros.

Pourquoi devez-vous faire des tests sanguins fréquemment?

Vous devez faire analyser votre sang régulièrement pendant la prise de la warfarine, et plus fréquemment au début. Ce test aide votre dispensateur de soins à ajuster la dose qui vous convient.

Le test sanguin pour vérifier votre coagulation sanguine est le rapport international normalisé (RIN).

Il n'est pas toujours facile de garder votre RIN au bon niveau parce que beaucoup de choses affectent la coagulation du sang.

Lorsque le RIN est :	Votre dispensateur de soins vous dira de combien :
Trop bas	Augmenter la dose de warfarine
Trop haut	Diminuer la dose de warfarine

Que faire si vous oubliez de prendre une dose?

Avisez toujours votre dispensateur de soins si vous manquez une dose. Cela peut affecter vos résultats de RIN. S'il ne sait pas que vous avez oublié une dose, votre dispensateur de soins pourrait modifier votre dose actuelle d'une quantité trop faible ou trop élevée.

S'il est presque l'heure de votre prochaine dose, évitez de prendre celle que vous avez manquée. Prenez la prochaine à l'heure prévue.

Ne prenez jamais deux doses en même temps.

Si vous avez des questions sur la prise de vos médicaments ou sur des doses oubliées, communiquez avec votre pharmacien ou votre dispensateur de soins.

Ne prenez aucune des substances suivantes sans avoir consulté votre dispensateur de soins :

- Tout nouveau médicament
- Alcool
- Médicaments contre le rhume ou la toux
- Réglisse noire
- Remèdes à base de plantes médicinales
- Produits de la médecine chinoise
- Autres médicaments vendus sans ordonnance en pharmacie

Effets secondaires courants

Avisez toujours votre dispensateur de soins en cas d'effets secondaires.

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Ecchymoses faciles• Faible saignement des gencives lorsque vous vous brossez les dents et utilisez la soie dentaire• Légers saignements de nez• Saignement prolongé lors d'une coupure | <ul style="list-style-type: none">• Taches rouges sur la peau• Fatigue• Légers vertiges• Flux menstruel plus abondant qu'à l'habitude chez les femmes |
|---|--|

Communiquez immédiatement avec votre dispensateur de soins si les effets secondaires ne disparaissent pas ou s'aggravent. Assurez-vous de consulter un professionnel de la santé dès que possible si vous faites une chute grave ou subissez des blessures.

Quand aller au service des urgences ou appeler le 9-1-1

Si votre RIN devient trop élevé, vos chances de saigner et d'avoir besoin d'aide sont plus grandes.

Signes que vous saignez quelque part :

- Selles sanglantes ou noires
- Urine rose, rouge ou brun foncé
- Toux avec sécrétions de sang
- Vomissements de sang ou qui ressemble à des grains de café
- Saignement des gencives, du nez ou des yeux qui ne cesse pas
- Saignement dans le blanc des yeux
- Orteils douloureux, bleus ou pourpres
- Gonflement de l'abdomen ou douleur dans le dos qui ne disparaît pas
- Mal de tête aigu

Si votre RIN est trop faible, vos chances de développer un caillot sanguin et d'avoir besoin d'aide sont plus grandes.

Signes que vous avez un caillot de sang quelque part :

- Faiblesse soudaine dans un bras ou une jambe (ou les deux)
- Changements dans votre vision
- Troubles de l'élocution
- Étourdissement ou évanouissement
- Douleur ou enflure des jambes
- Mal de tête prolongé ou aigu
- Douleur à la poitrine
- Souffle court



Coordonnées de votre dispensateur de soins

Conseils sur les médicaments

- Portez une identification d'alerte médicale qui indique aux autres que vous prenez de la warfarine.
- Consultez toujours votre dispensateur de soins avant d'arrêter de prendre la warfarine. Si vous arrêtez soudainement, vous pourriez subir un AVC.
- Restez actif. L'activité physique régulière aide à faire circuler votre sang et peut contribuer à prévenir la formation de caillots.
- La plupart des activités sont sécuritaires. Cependant, ne participez à aucune activité où les blessures sont fréquentes, comme les sports de contact.
- Certains médicaments peuvent faire grimper votre RIN et augmenter les chances de saignement.
 - Pendant la prise de la warfarine, ne prenez pas de :
 - Ibuprofène
 - Remèdes à base de plantes médicinales
 - Suppléments à base de plantes médicinales
 - Huile de poisson (acides gras oméga-3)
 - Si vous prenez de la vitamine E, ne prenez pas plus de 400 unités (UI) par jour.
 - Consultez toujours votre dispensateur de soins avant de prendre tout autre médicament que vous pouvez acheter à la pharmacie, sans ordonnance.
- Si vous tombez enceinte ou souhaitez le devenir, vous ne devriez pas prendre de warfarine. Communiquez avec votre dispensateur de soins.

Lorsque vous voyagez :

- Vous pourriez avoir besoin d'un RIN avant de voyager ou pendant votre absence. Vérifiez avec votre dispensateur de soins.
- Pour que votre sang continue de circuler lorsque vous êtes en position assise pendant de longues périodes, assurez-vous d'étirer vos jambes et de bouger votre corps toutes les heures.

- Pour réduire le risque de saignement :
 - Utilisez une brosse à dents souple.
 - Utilisez un rasoir électrique.
- L'alcool peut affecter la façon dont la warfarine agit sur votre sang.
- Avisez toujours votre dispensateur de soins si vous prenez l'un de ces médicaments :
 - Aspirin^{MD}
 - Amiodarone
 - Digoxine
 - Médicaments anti-inflammatoires tels que l'ibuprofène (Advil^{MD}, Motrin^{MD}) ou le naproxène (Aleve^{MD}), ou encore Celebrex^{MD}
 - Antibiotiques
 - Stéroïdes
 - Clopidogrel
- La vitamine K aide votre sang à coaguler. Lors de la prise de warfarine, il est important de garder la même quantité de vitamine K dans votre alimentation. Si la quantité que vous absorbez change de jour en jour, cela pourrait faire varier vos résultats de RIN. Rappelez-vous que si votre RIN devient trop élevé ou trop faible, les chances de saigner ou de développer un caillot augmentent.

Aliments riches en vitamine K :

Légumes verts comme le brocoli, la laitue, le chou, la bette à carde, les épinards, le chou frisé, l'asperge, le persil, l'algue, les choux, la betterave, le navet, les feuilles d'amarante, les choux de Bruxelles

Si vous mangez habituellement l'un de ces aliments, allez-y avec des quantités similaires chaque jour.

Rejoignez-vous à la communauté des survivants de Cœur + AVC pour communiquer avec d'autres personnes vivant avec l'insuffisance cardiaque. Inscrivez-vous à coeuretavc.ca/communiquer

Digoxine (Lanoxine ou Toloxin)

Qu'est-ce que la digoxine?

La digoxine est un médicament qui permet :

- De ralentir la fréquence cardiaque;
- D'améliorer les contractions du cœur.

Il se peut qu'on ajoute ce médicament à votre plan de traitement pour soulager certains symptômes d'insuffisance cardiaque.

Pourquoi prendre ce médicament?

Chez les personnes souffrant d'insuffisance cardiaque, on utilise la digoxine pour améliorer les contractions et la capacité de pompage du cœur.

Chez les personnes souffrant de **fréquence cardiaque irrégulière** (comme la fibrillation auriculaire), on l'utilise pour ralentir le rythme cardiaque.

En quoi la digoxine aide-t-elle en cas d'insuffisance cardiaque?

Lorsque la digoxine renforce la capacité de pompage du cœur, cela devrait vous aider à :

- Vous sentir moins fatigué;
- Vous sentir plus fort;
- Être moins essoufflé;
- Réduire l'enflure des pieds et des chevilles.

La digoxine aide à réguler certains influx électriques du cœur. Elle ralentit le rythme cardiaque et aide le cœur à battre plus régulièrement. Cet effet s'ajoute à une action de pompage renforcée.

La digoxine évite l'aggravation de vos symptômes d'insuffisance cardiaque.

Que faire si vous oubliez de prendre une dose?

Si vous vous en apercevez dans les 12 heures suivant la dose oubliée, prenez-la immédiatement.

Si vous devez prendre la prochaine dose dans moins de 12 heures, ne prenez pas celle que vous avez oubliée, et attendez le moment habituel pour prendre la dose suivante. Continuez à prendre la digoxine comme prévu.

Pour toute question sur la prise ou l'oubli de votre médication, communiquez avec votre pharmacien ou avec votre dispensateur de soins.

Ne prenez aucune des substances suivantes sans avoir consulté votre dispensateur de soins :

- Remèdes à base de plantes médicinales
- Alcool
- Médicaments contre la toux ou le rhume
- Réglisse noire
- Produits de la médecine chinoise
- Médicaments anti-inflammatoires (ibuprofène, naproxène; Advil^{MD}, Aleve^{MD}, Celebrex^{MD}, Motrin^{MD})
- Autres médicaments vendus sans ordonnance en pharmacie

Coordonnées de votre dispensateur de soins

Effets secondaires courants

Si vous présentez des effets secondaires, informez-en toujours votre dispensateur de soins.

- Sensation de faiblesse ou de fatigue
- Mal de cœur (nausée)
- Vomissements
- Douleur abdominale
- Diminution de l'envie de manger (perte d'appétit)



- Éruption cutanée, démangeaisons
- Sensation de vertige ou d'étourdissement
- Mal de tête
- Changements dans la vision :
 - anomalies de couleur rouge, verte ou jaune
 - vision un peu floue
 - sensibilité à la lumière
 - perception de scintillements



Communiquez immédiatement avec votre dispensateur de soins si l'un de ces effets secondaires ne disparaît pas ou s'aggrave.

Conseils sur les médicaments

- Prenez la digoxine à la même heure tous les jours.
- Prenez-la une heure avant ou deux heures après le repas.
- Si vous prenez un antiacide, des aliments riches en fibres ou des suppléments de fibres alimentaires, attendez toujours deux heures avant de prendre la digoxine. Ces substances risquent de réduire la quantité de médicament absorbée par votre corps.
- **N'arrêtez jamais de prendre la digoxine subitement.** Cela risque d'aggraver votre insuffisance cardiaque.
- Vous devez contrôler régulièrement votre fréquence cardiaque et votre pression artérielle lors de la prise de digoxine.
 - Si vous pouvez vérifier votre fréquence cardiaque et votre pression artérielle à la maison, demandez à votre dispensateur de soins quand le consulter lorsque ces dernières changent.
- Vos reins éliminent la digoxine de votre organisme. Si vous souffrez de troubles rénaux ou d'une maladie rénale, informez-en votre dispensateur de soins. Pour vérifier si vos reins fonctionnent correctement, il se peut que vous deviez passer un test sanguin.
- Pour vérifier le niveau de digoxine dans votre sang, surtout lorsque vous commencez à la prendre, on vous enverra peut-être passer un test sanguin. Ce test indique à votre dispensateur de soins s'il faut modifier la dose. Il est préférable de le faire au moins huit heures après votre dernière dose.
- **Communiquez immédiatement avec votre dispensateur de soins ou rendez-vous au service des urgences** le plus proche si vous présentez un des signes suivants indiquant un taux trop élevé de digoxine dans votre organisme :
 - Votre cœur bat très lentement (moins de 50 battements par minute) et vous ressentez une faiblesse ou des étourdissements.
 - Vous avez des nausées et des vomissements qui ne disparaissent pas.
 - Vous avez une diarrhée, et il se peut même que vos selles soient noires ou contiennent du sang.
 - Vous êtes confus, vous voyez des choses qui n'existent pas (hallucinations), ou vous avez des pensées ou des comportements inhabituels.
 - Vous avez des troubles de la vue, tout semble vert ou jaune, tout est flou, ou vous voyez des « halos » autour des objets.

Récepteur de l'angiotatine – Inhibiteur de néprilysine (ARNI)

ARNI les plus courants

Demandez à votre dispensateur de soins d'indiquer celui que vous prenez.

- Sacubitril/valsartan (Entresto^{MC})
- Autre _____

Qu'est-ce qu'un ARNI?

Il s'agit d'un mélange de deux médicaments, le sacubitril et le valsartan.

Le **valsartan** est un bloqueur du récepteur de l'angiotatine II (ARB). Il arrête la production d'hormones de stress par votre corps. Les hormones de stress font contracter ou rétrécir les vaisseaux sanguins, empêchant le cœur de pomper le sang dans tout votre organisme. Un ARNI détend vos vaisseaux sanguins et permet ainsi au sang de circuler plus facilement. Ceci facilite le travail de votre cœur et diminue votre pression artérielle.

Le **sacubitril** empêche ou bloque la néprilysine, un enzyme et inhibiteur de la néprilysine. Lorsque cet enzyme est bloqué, cela permet aux substances utiles de rester dans le corps plus longtemps. Ces substances (peptides natriurétiques) aident les vaisseaux sanguins à se dilater, permettant ainsi à votre corps d'éliminer tout excès de fluides. Cela aide le cœur à pomper le sang.

Pourquoi prendre ces médicaments?

Les ARNI sont utilisés pour traiter l'insuffisance cardiaque en faisant baisser la pression artérielle et en éliminant tout excès de fluides. Ensemble, ces médicaments facilitent le travail du cœur et peuvent améliorer votre fraction d'éjection. Pour en savoir plus sur la fraction d'éjection, visitez la page coeuretavc.ca/coeur/conditions/insuffisance-cardiaque.

En quoi ces médicaments aident-ils en cas d'insuffisance cardiaque?

Lorsqu'ils sont utilisés avec d'autres médicaments contre l'insuffisance cardiaque, ils peuvent :

- Vous aider à vivre plus longtemps;
- Améliorer vos symptômes d'insuffisance cardiaque;
- Vous éviter de rester à l'hôpital pour subir des traitements;
- Ralentir l'aggravation de votre insuffisance cardiaque.

Que faire si vous oubliez de prendre une dose?

Si votre prochaine dose est dans plus de quatre heures, prenez celle que vous avez manquée, puis, le moment venu, prenez la dose habituelle.

Si la prochaine dose est dans moins de quatre heures, ne prenez que celle-ci à l'heure habituelle. Ne prenez pas la dose que vous avez manquée.

Ne prenez jamais deux doses simultanément.

Si vous avez des questions sur la prise ou l'oubli de votre médication, contactez votre pharmacien ou votre dispensateur de soins.

Ne prenez aucune des substances suivantes sans avoir consulté votre dispensateur de soins :

- Alcool
- Médicaments contre le rhume ou la toux
- Réglisse noire
- Remèdes à base de plantes médicinales
- Produits de la médecine chinoise
- Médicaments anti-inflammatoires (ibuprofène, naproxène; Advil^{MD}, Aleve^{MD}, Celebrex^{MD}, Motrin^{MD})
- Inhibiteurs de l'enzyme de conversion de l'angiotensine (IECA)
- Un autre ARB

Effets secondaires courants	Ce qu'il faut faire
<p>Baisse de la pression artérielle</p>	<p>Évitez tout ce qui pourrait faire baisser encore plus votre pression artérielle.</p> <p>Exemples :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ne consommez pas d'alcool. • Ne faites pas d'activité physique qui pourrait vous fatiguer. (Consultez toujours votre professionnel de la santé en premier.) • Ne prenez pas de douche ou de bain trop chauds. • Évitez les spas et les saunas.
<p>Étourdissement Vertige</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Bougez lentement lorsque vous changez de position (couchée à assise, ou assise à debout). Les étourdissements disparaissent généralement après que votre corps s'habitue aux médicaments.
<p>Besoin moindre d'uriner</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Contactez votre dispensateur de soins si : <ul style="list-style-type: none"> • Votre urine est foncée; • Vous n'urinez pas autant que d'habitude.
<p>Toux sèche</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Si votre toux empire ou devient dérangeante, contactez votre dispensateur de soins.
<p>Fatigue ou faiblesse</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Trouvez le juste équilibre entre le repos et l'activité physique.
<p>Nausée Maux d'estomac</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Si vous prenez actuellement ces médicaments : <ul style="list-style-type: none"> • Avec des aliments, essayez de les prendre sans à un moment autre qu'en mangeant. • Sans aliments, essayez de les prendre en mangeant. • Évitez toutes odeurs fortes. • Ouvrez les fenêtres pour avoir de l'air frais. • Utilisez un ventilateur, un désodorisant ou un assainisseur d'air.
Effets secondaires graves et rares	Ce qu'il faut faire
<p>Enflure du visage, des lèvres, de la langue Difficulté à respirer Déglutition difficile</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Arrêtez la prise de ce médicament immédiatement. • Contactez votre médecin immédiatement ou rendez-vous au service des urgences le plus proche.

Conseils sur les médicaments

- Si votre dispensateur de soins change votre IECA pour un ARNI, **vous devez attendre au moins 36 heures après votre dernière dose d'un IECA avant de prendre votre première dose d'un ARNI.**
- **Ne prenez pas un ARNI si vous :**
 - Êtes enceinte ou planifiez de le devenir (cela peut causer des lésions à votre futur bébé, voire sa mort).
 - Allaitiez.
 - Êtes âgé de 18 ans ou moins.
- Si la dose de votre médicament est modifiée, vous devrez faire des analyses de sang pour surveiller votre fonction rénale et vos niveaux de potassium.
- N'arrêtez pas soudainement de prendre votre ARNI sans en parler à votre dispensateur de soins, sauf si vous avez des difficultés à respirer ou à avaler, ou si votre visage, votre langue ou vos lèvres enflent.
- Prenez votre ARNI exactement comme il est prescrit par votre dispensateur de soins même si vous vous sentez bien.
- Les ARNI peuvent augmenter le niveau de potassium dans votre corps.
 - Évitez de prendre des suppléments de potassium, sauf s'ils vous ont été prescrits.
 - Consultez votre dispensateur de soins avant de prendre des produits qui contiennent du potassium, comme des succédanés de sel.
- Certains médicaments peuvent augmenter votre risque d'effets secondaires. Si vous prenez l'un des médicaments suivants, mentionnez-le à votre dispensateur de soins :
 - Hypocholestérolémiant (simvastatine, atorvastatine)
 - Diurétique (furosémide)
 - Médicament pour traiter la dysérection (Viagra^{MD})
 - Médicament pour traiter l'hypertension pulmonaire
 - Médication qui peut augmenter le taux de potassium dans le sang (spironolactone, éplérénone)
 - Lithium
 - Aliskiren (Rasilez^{MD})
 - Cyclosporine
 - Médicament pour traiter le VIH ou l'hépatite C
 - Médicament qui peut faire baisser votre pression artérielle (y compris la nitroglycérine)

Pour en savoir plus au sujet de
l'insuffisance cardiaque, visitez
**[coeuretavc.ca/coeur/conditions/
insuffisance-cardiaque](http://coeuretavc.ca/coeur/conditions/insuffisance-cardiaque)**

Plantes médicinales et suppléments à base de plantes médicinales

Adapté de renseignements de la Cleveland Clinic et de la Clinique Mayo au sujet des plantes médicinales et des suppléments à base de plantes médicinales.

Les plantes médicinales et les suppléments à base de plantes médicinales sont parfois nuisibles aux personnes qui prennent des médicaments pour le cœur.

Vous devez toujours informer votre dispensateur de soins des plantes médicinales ou des suppléments à base de plantes médicinales que vous prenez.

Apportez les produits en question à tous vos rendez-vous médicaux. Votre dispensateur de soins sera ainsi en mesure de les vérifier.

Que sont les plantes médicinales et les suppléments à base de plantes médicinales?

Il s'agit de plantes utilisées à des fins médicinales. Certaines personnes parlent plutôt de préparations d'herboristerie ou de remèdes à base de plantes.

Pourquoi devez-vous faire preuve de prudence lorsque vous prenez ces produits?

Nous ne savons pas toujours quels sont les ingrédients actifs de nombreux suppléments à base de plantes médicinales ou plantes médicinales.

Ces derniers :

- Agissent de la même façon que des médicaments. Ils risquent donc de nuire à votre santé si vous ne les prenez pas correctement, si vous en prenez une trop grande quantité ou si vous les prenez en même temps que d'autres médicaments.
- Caused parfois un problème d'interaction médicamenteuse lorsqu'ils sont pris en même temps que des médicaments pour le cœur. Le médicament risque alors de ne pas avoir l'effet recherché, d'avoir des effets secondaires plus marqués ou de causer une réaction potentiellement mortelle.
- N'ont pas fait l'objet d'autant d'études que les autres médicaments.
- Sont considérés comme des suppléments alimentaires, et non comme des médicaments. La réglementation qui s'applique à ces produits n'est donc pas la même que celle qui s'applique aux médicaments. Les règles de fabrication d'un supplément alimentaire ne sont pas aussi strictes.

Conseils

- Avant de préparer des recettes contenant des plantes médicinales, consultez votre dispensateur de soins.
 - Demandez toujours l'avis de votre dispensateur de soins ou de votre pharmacien avant de prendre des plantes médicinales ou des suppléments à base de plantes médicinales. Il est en mesure d'examiner la plante et de déterminer si elle risque d'avoir une incidence sur votre médicament pour le cœur.
 - Si vous ne savez pas si un produit est ou non une plante médicinale ou un supplément à base de plantes médicinales, consultez la liste de la page suivante.
 - N'utilisez jamais de plantes médicinales ou de suppléments à base de plantes médicinales si vous prenez un des médicaments suivants :
- Aspirin^{MD}
 - Digoxine
 - Diurétiques
 - Hypoglycémisants comme l'insuline
 - Médicaments anti-inflammatoires non stéroïdiens comme l'ibuprofène (Advil^{MD}, Motrin^{MD}), le naproxène (Aleve^{MD}), Celebrex^{MD}
 - Spironolactone
 - Warfarine



Coordonnées de votre dispensateur de soins

Si vous avez des questions sur les plantes médicinales ou les suppléments à base de plantes médicinales, communiquez avec votre dispensateur de soins ou votre pharmacien.

Plantes médicinales et suppléments à base de plantes médicinales

Adapté de renseignements de la Cleveland Clinic et de la Clinique Mayo au sujet des plantes médicinales et des suppléments à base de plantes médicinales.

Nom de la plante médicinale ou du supplément à base de plantes médicinales	Raisons de le prendre	Problèmes possibles lorsque vous avez un problème cardiaque ou que vous prenez un médicament pour le cœur
Actée à grappes noires (Cimicifuga racemosa)	Soulagement des symptômes de la ménopause ou du syndrome de tension prémenstruelle.	Réduit la pression artérielle. Aggrave le risque de saignements (cause des saignements plus abondants). Peut être toxique pour le foie.
Ail	Diminution du taux de cholestérol. Prévention et traitement du rhume et des infections.	Aggrave parfois le risque de saignements chez les personnes qui prennent de l'acide acétylsalicylique (Aspirin ^{MD}), de la warfarine ou d'autres anticoagulants.
Aloès officinal (par voie orale)	Constipation ou indigestion. Prévention des irritations cutanées.	Cause une anomalie du rythme cardiaque chez les femmes enceintes et les enfants.
Angélique (Dong quai)	Perte d'appétit, indigestion, infection, syndrome de tension prémenstruelle.	Aggrave parfois le risque de saignements, surtout en cas de prise concomitante de warfarine.
Arnica	Réduction des douleurs liées à une blessure. Soulagement de la constipation.	Augmente la pression artérielle. Est parfois cardiotoxique.
Aubépine	Traitement de l'hypertension artérielle et de l'insuffisance cardiaque.	N'en prenez pas si vous prenez de la digoxine et des médicaments antihypertenseurs.
Bêta-carotène	Antioxydant qui aide à éliminer des substances nuisibles à l'organisme (les radicaux libres).	Augmente le risque de mortalité.
Chrysanthème matricaire	Traitement ou prévention des migraines, de l'arthrite.	Risque de nuire à la coagulation.
CoQ10 (coenzyme Q10, ubiquinone, ubiquinol)	Augmentation du niveau d'énergie. Traitement de l'insuffisance cardiaque ou d'autres problèmes cardiaques.	N'améliore pas la fonction cardiaque. Peut réduire l'effet de la warfarine.
Dan shen (racine de Salvia miltiorrhiza)	Traitement des problèmes cardiaques.	Aggrave le risque de saignements (cause des saignements plus abondants).
Échinacée	Prévention des rhumes.	Nuit à l'action d'une enzyme du foie qui élimine les médicaments de l'organisme.
Éphédra (Ma Huang)	Traitement de l'asthme, obésité.	Contribue à l'accélération de la fréquence cardiaque et à l'augmentation de la pression artérielle. Peut causer la mort en association avec certains médicaments pour le cœur.
Gingembre	Soulagement de la nausée, réduction du taux de cholestérol, anticoagulant, aide à la digestion.	Risque de nuire à la coagulation. Dans certains cas, nuit à l'effet des médicaments antihypertenseurs ou des médicaments pour le cœur.
Ginkgo	Amélioration de la circulation, de la mémoire. Prévention du mal d'altitude.	Aggrave parfois le risque de saignements chez les personnes qui prennent de l'acide acétylsalicylique (Aspirin ^{MD}), de la warfarine ou d'autres anticoagulants. Nuit à l'action des diurétiques (Lasix ^{MD}).
Ginseng	Amélioration de la mémoire, des capacités physiques, du fonctionnement du système immunitaire. Ralentissement du vieillissement.	Augmente la pression artérielle et la fréquence cardiaque. N'en prenez pas si vous êtes atteint d'hypertension. Augmente parfois les taux sanguins de digoxine. Augmente parfois le risque de saignements.
Graines de lin	Diminution du taux de cholestérol.	Augmente parfois le risque de saignements.
Huile de poisson	Supplément très répandu.	Peut aggraver le risque de saignements, surtout s'il est utilisé en trop grande quantité.
Millepertuis	Traitement de la dépression et des blessures.	Augmente parfois le risque de saignements. Peut réduire l'effet de la digoxine. Ne doit pas être pris en même temps que certains antidépresseurs.
Ortie	Traitement des infections de la vessie, des infections des reins et des calculs rénaux.	N'en prenez pas si vous souffrez de rétention liquidienne liée à l'insuffisance cardiaque ou à une affection des reins.
Racine de réglisse	Traitement de la toux, des ulcères à l'estomac et de la cirrhose du foie.	Augmente la pression artérielle. N'en prenez pas si vous avez un problème cardiaque ou que vous prenez des médicaments pour le cœur.
Sceau d'or	Traitement de la constipation, action anti-inflammatoire.	Augmente la pression artérielle, cause de l'hypertension artérielle. Nuit à l'action des anticoagulants.
Varech	Supplément très répandu.	Augmente parfois l'effet des médicaments antihypertenseurs et des anticoagulants. Fait baisser la pression artérielle et aggrave le risque de saignements.
Yohimbine	Traitement de l'impuissance.	Augmente la fréquence cardiaque. Cause une augmentation ou une diminution de la pression artérielle.

Liste de médicaments

Nom du patient : _____ Nom du médecin : _____

Médicaments prescrits :				
Nom(s) des médicaments	But	Description	Posologie	Fréquence
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
Médicaments non prescrits :				

Médication

Joignez-vous à la communauté des survivants de Cœur + AVC pour communiquer avec d'autres personnes vivant avec l'insuffisance cardiaque. Inscrivez-vous à coeuretavc.ca/communiquer