

# MON INSUFFISANCE CARDIAQUE :

## mes symptômes à surveiller

### SYMPTÔMES À SURVEILLER

### DEPUIS MON DERNIER RENDEZ-VOUS

#### Gonflements / œdèmes

L'insuffisance cardiaque peut provoquer des œdèmes périphériques se traduisant par un gonflement de vos chevilles et/ou de vos jambes.



- Pas de nouveau gonflement vos pieds et jambes sont normaux

#### Signes d'alerte

#### Gonflement(s)

- Des chevilles
- Des jambes

#### Baisse de la pression artérielle

Vous devez surveiller tout signe caractéristique d'une baisse de la pression artérielle comme la sensation de vertige, la présence d'un voile noir devant les yeux ou encore la sensation de malaise. Cette baisse de votre pression artérielle peut être due à certains de vos traitements.



#### Signes d'alerte

#### Avez-vous eu :

- Un voile noir devant les yeux
- Des vertiges ou la tête qui tourne
- Des sensations passagères de malaise lorsque vous passez en position debout

#### Fréquence cardiaque

Lors d'une insuffisance cardiaque, le rythme de votre cœur peut être trop lent ou trop rapide. En effet, pour compenser sa capacité de pompage, votre cœur peut battre plus rapidement, ce qui peut se traduire par des palpitations.



#### Signes d'alerte

- Diminution des battements de votre cœur, fréquence cardiaque < 45 battements par minute
- Palpitations : accélération brutale de votre cœur

# MON INSUFFISANCE CARDIAQUE : mes symptômes à surveiller

Cette fiche doit vous permettre de mieux connaître les symptômes de votre insuffisance cardiaque et d'identifier les signes d'alerte qui nécessitent une surveillance.

Si vous présentez un ou plusieurs des signes d'alerte mentionnés ci-dessous, consultez votre médecin.

## SYMPTÔMES À SURVEILLER

## DEPUIS MON DERNIER RENDEZ-VOUS

### Poids

L'insuffisance cardiaque peut provoquer une rétention d'eau qui peut être à l'origine d'une prise de poids. A l'inverse, une déshydratation peut entraîner une perte de poids. Ainsi, il est important de surveiller votre poids en vous pesant régulièrement, au même moment de la journée et avec la même balance.



Poids en sortie de consultation : ..... kg

#### Signes d'alerte

- Perte de poids. Perte de ..... kg
- Prise de poids rapide de 2 à 3 kg sur une période de quelques jours

### Essoufflement

L'essoufflement est un symptôme caractéristique de l'insuffisance cardiaque.

#### L'essoufflement peut :

- vous limiter dans vos activités de tous les jours comme par exemple promener votre chien ou aller chercher du pain.
- provoquer une gêne respiratoire en position allongée. Ainsi, vous pouvez être plus à l'aise en ajoutant des oreillers supplémentaires afin de vous retrouver en position assise.



#### Êtes-vous essoufflé ?

- Non
- Oui

#### Si oui :

- Vous êtes de plus en plus essoufflé et ne pouvez plus effectuer les mêmes activités qu'avant
- Vous ne pouvez plus dormir en position allongée et ajoutez des oreillers pour dormir



### Toux

La toux peut être le signe d'une rétention de liquide dans les poumons, d'une infection, ou d'effets secondaires causés par des médicaments.



Pas de problème de toux

#### Signes d'alerte

- Toux nocturne en position couchée
- Toux grasse
- Toux sèche et irritante