



Auteure  
Mathilde  
Ryckaert



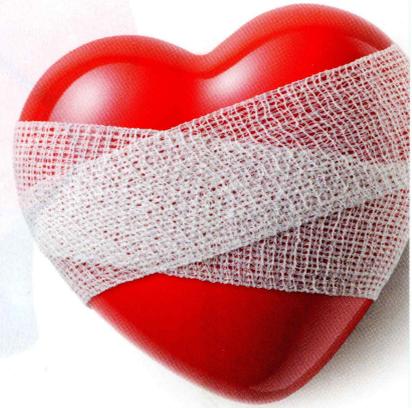
Pharmacie de La Poste  
62100 Calais



# L'angine de poitrine

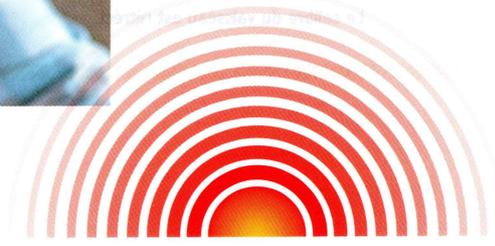
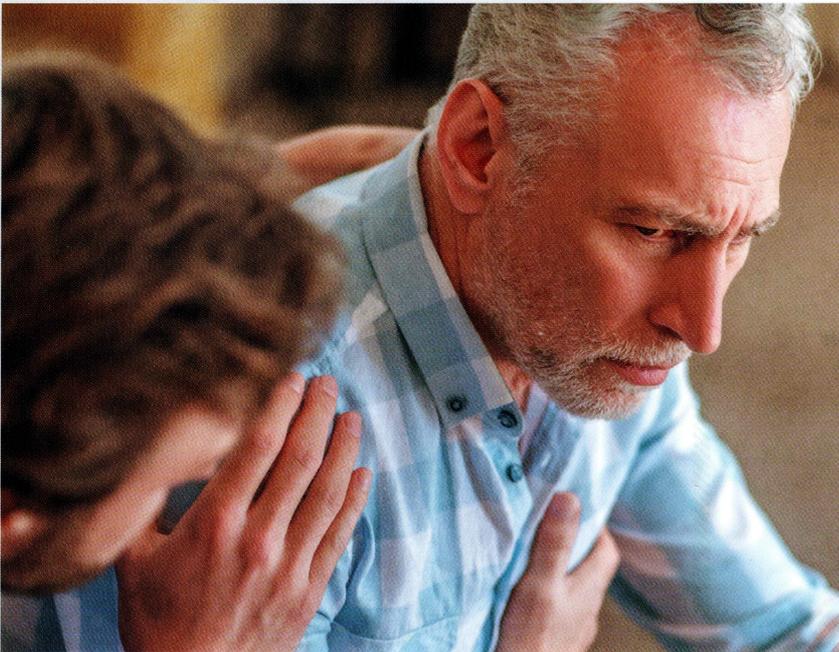
Également appelée angor, l'angine de poitrine est le terme médical désignant une douleur thoracique intervenant à la suite d'un effort, d'un stress, ou d'un changement de température brutal. La douleur produit une sensation d'enserrement (de prise en étau), parfois de brûlure, à l'arrière du sternum.

La douleur peut irradier le long du bras gauche, mais aussi dans le dos, sur les côtés, en haut du ventre, dans le bras droit, la nuque, la mâchoire ou même les dents. Cette douleur se passe en général en cinq minutes, lors de la prise de médicament, ou de la mise au repos de la personne.

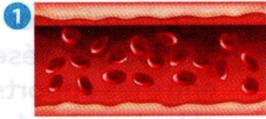
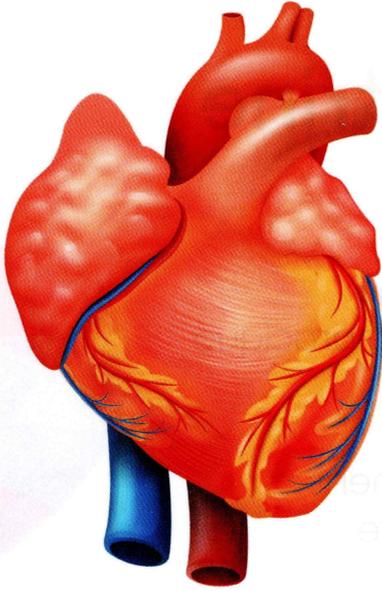


**La crise d'angor est due à un déséquilibre entre les apports et les besoins du cœur en oxygène.**

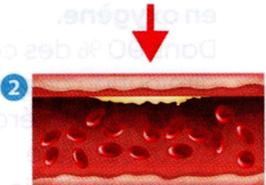
Dans 90 % des cas, cette diminution des apports est due à l'athérosclérose. Cette dernière est une maladie due à la formation de plaques d'athéromes (lipides, cholestérol) qui se déposent sur les parois internes des vaisseaux sanguins. Ces dépôts créent des réactions inflammatoires locales, et provoquent l'épaississement des parois artérielles, pouvant aller jusqu'à l'obstruction totale des dits vaisseaux.



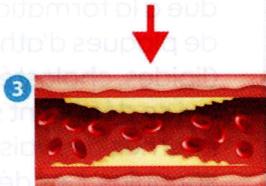
## Processus d'athérosclérose



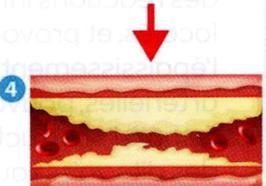
1 Artère saine sans plaque d'athérome



2 Athérome : début d'accumulation de lipides



3 Plusieurs noyaux lipidiques accumulés



4 Le calibre du vaisseau est rétréci.

Les facteurs de risque de cette maladie sont les mêmes que les facteurs de risque des maladies cardio-vasculaires :

- l'âge (plus de 50 ans chez l'homme, plus de 60 ans chez la femme),
- les antécédents familiaux,
- le tabac, qui réduit le diamètre des vaisseaux,
- le diabète, qui endommage les parois vasculaires,
- l'hypertension artérielle,
- le taux de cholestérol sanguin,
- la sédentarité (moins de 30 minutes d'activité physique par jour),
- la consommation d'alcool,
- le surpoids.



Pour poser le diagnostic, le médecin interrogera son patient pour évaluer la gravité des symptômes, ainsi que les éléments déclencheurs des crises. L'examen réalisé sera principalement l'électrocardiogramme d'effort. Il pourra être complété par une échographie cardiaque et/ou une coronarographie, afin de visualiser un éventuel rétrécissement dû à une plaque d'athérome.

Il existe une forme d'angor particulière, appelée angor de Prinzmetal, qui ne présente pas de rétrécissement permanent des artères.

Les crises sont alors provoquées par des spasmes des coronaires qui diminuent le débit sanguin de ces vaisseaux. On ne connaît actuellement pas l'origine de cette forme de la maladie.

L'infarctus du myocarde est une complication de l'angine de poitrine. Il survient lorsqu'un trop grand nombre de cellules cardiaques a été privée d'oxygène. Cela arrive notamment lorsqu'une plaque d'athérome se détache et va boucher les artères coronaires. Dans la moitié des cas environ, l'infarctus est précédé d'une crise d'angor. Les symptômes sont les mêmes que ceux de l'angine de poitrine, la douleur est cependant plus intense et dure plus longtemps (plus de 20 min).

**La prévention de l'angine de poitrine repose sur l'amélioration de l'hygiène de vie :** une alimentation équilibrée, la surveillance de son poids (maintenir son IMC sous les 25 kg/m<sup>2</sup>), l'arrêt du tabac et une activité physique adaptée au profil de la personne. L'activité physique permet de renforcer le réseau vasculaire du cœur et donc de multiplier les voies d'arrivée de l'oxygène vers le muscle cardiaque.

Le traitement est principalement chirurgical. On place des stents dans les artères abîmées afin de leur maintenir un diamètre suffisant (angioplastie).

**Dans les cas plus graves,**

### il s'agira alors d'un pontage des artères coronaires :

on court-circuite la partie abîmée grâce à un morceau de vaisseau prélevé sur une autre partie du corps.

Il existe une forme de traitement médicamenteux à base de Trinitrine. Elle est utilisée sous forme de spray à mettre sous la langue, et provoque une dilatation rapide des vaisseaux sanguins, provoquant une ré-oxygénation correcte et un soulagement de la crise. On peut parfois les utiliser en préventif, quelques minutes avant un événement potentiellement à risque.

Certains compléments alimentaires aident à protéger contre les maladies cardiovasculaires. Ces compléments sont principalement à base d'acides gras oméga 3. Il faudra cependant être attentif à la dose apportée. Pour prétendre contribuer au fonctionnement normal du cœur, ces produits devront contenir au moins 40 mg d'EPA/DHA pour 100g ou 100kcal de produit et apporter une dose quotidienne d'au moins 250 mg d'acide gras oméga-3. On peut notamment citer le Molval du laboratoire Dielen®, ou le oméga-3 EPA/DHA de chez EG Labo®.

