



Notions sur:

l'Accident Ischémique Transitoire et l'Accident Vasculaire Cérébral

•Source, article de: Dr France Woimant, neurologue Hôpital Lariboisière
Présidente de France AVC Ile de France

www.ffct-bretagne.org



✦ Bretagne ✦

•Janvier 2014
•Décembre 2018





Fédération française de cyclotourisme

Le tourisme à vélo

Accident Ischémique Transitoire

Un Accident Ischémique Transitoire (AIT), c'est quoi?

 « **Transitoire** » signifie qui cesse rapidement. (d'une durée de moins d'une heure dans la plupart des cas)

« **Ischémique** » C'est une insuffisance de la circulation sanguine dans une partie du corps ou un organe, qui prive les cellules d'apport en oxygène et entraîne leur nécrose. Les ischémies peuvent être dues à l'obstruction d'un vaisseau.

- Un AIT est donc un problème cérébral temporaire provoqué par le manque de flux sanguin vers une partie du cerveau.
- Cela se caractérise par une artère qui se bouche puis se débouche.
- **Un AIT est un signe précurseur d'un futur AVC.**
- Le risque d'avoir un AVC dans les deux jours (le jour même ou le lendemain) est de 5% et de 10% à trois mois.





Fédération française de cyclotourisme

Le tourisme à vélo

Accident Ischémique Transitoire

- Un AIT est similaire à un **AVC**, cependant l'AIT ne provoque pas de lésions cérébrales à long terme.
- Les AIT affectent une personne **de plus de 65 ans sur 15**
- Tout le monde peut-être touché même les enfants.
- Les AIT restent souvent non diagnostiqués si on n'en reconnaît pas les symptômes





Fédération française de cyclotourisme

le tourisme à vélo

Accident Ischémique Transitoire

Les symptômes.

Ils surviennent de façon soudaine et brutale.

- Difficultés d'élocution,
- Impossibilité de bouger un bras, hémiplégie (coté droit ou gauche)
- Perte de vision d'un œil, sans maux de tête dans la plupart des cas

Au bout de quelques minutes les symptômes disparaissent complètement.

L'AIT n'est pas toujours pris au sérieux par la victime car il y a un retour rapide et complet à la normale. Parfois la victime ne s'en rend pas compte.

- **C'est une urgence qui nécessite une prise en charge médicale rapide par le SAMU. (Même si le retour à la normale n'a duré que quelques secondes.)**





Fédération française de cyclotourisme

Le tourisme à vélo

Accident Ischémique Transitoire

Les causes

- Athérome* sur les artères du cou ou du cerveau
 - Arythmie cardiaque
-
- * : Un *athérome* est un dépôt par accumulation de différents éléments (graisse, sang, tissu fibreux, dépôt calcaire) sur une partie de la paroi interne d'une artère,





Fédération française de cyclotourisme

Le tourisme à vélo

Les facteurs de risque

Accident Ischémique Transitoire

- Hypertension artérielle
- Cholestérol
- Diabète
- Age, hérédité
- Hygiène de vie: tabac, alcool, drogue, alimentation trop riche en sel et en graisse.....

Prévention

- Réduction des facteurs de risque évitables
- Actuellement en test dans le département de la Gironde:
*Le bâton électronique analyse le rythme cardiaque. Jusqu'en octobre 2019, les personnes de **plus de 65 ans** vont ainsi pouvoir effectuer un **test de dépistage** (en une **minute**) auprès de leur **pharmacien**.*





Fédération française de cyclotourisme

le tourisme à vélo

Accident Ischémique Transitoire

Exemple vécu en 2017

Lors d'une randonnée, au bout d'une ligne droite et face à nous, nous voyons arriver un couple de cyclistes. Trois cents mètres avant de se croiser, sans cause apparente, l'homme à vélo traverse la route, et chute dans la douve.

Nous lui portons secours. Un peu désorienté il nous dit avoir eu un trou noir et dans l'impossibilité de maîtriser sa direction.

Nous insistons pour appeler les secours. Enfin il accepte après maintes sollicitations.

Par la suite nous apprenons, que cette personne a été transportée par hélicoptère à l'hôpital, pour examens.

Que serait-elle devenue sans notre assistance et insistance?

-Conseil: Toujours rechercher les causes d'une chute qui à priori semble banale.





Fédération française de cyclotourisme

Le tourisme à vélo

Accident Vasculaire Cérébral

Un AVC, c'est quoi?

- Congestion cérébrale, attaque cérébrale, accident vasculaire cérébral.
(Plusieurs vocables pour désigné un accident de santé).
 - Phénomène brutal qui touche chaque année 150 000 personnes **de plus de 65 ans**.
 - Moins d'un Français sur deux sait en repérer les premiers signes d'alerte.
 - La mortalité des femmes par AVC reste plus élevées que celle des hommes
 - En moyenne 8,2% chez les femmes contre 5,9% chez les hommes.





Fédération française de cyclotourisme

le tourisme à vélo

Accident Vasculaire Cérébral

L'Accident Vasculaire Cérébral

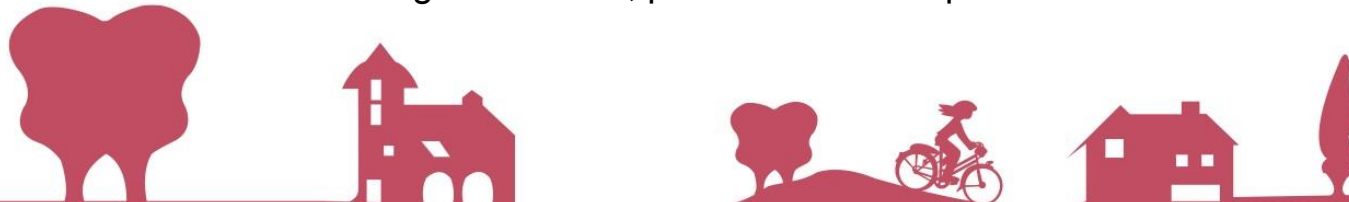
- C'est un arrêt brutal de la circulation sanguine au niveau du cerveau.

Dans 80 % des cas

- L'infarctus cérébral est dû,
 - à un caillot de sang qui bouche une artère.
 - Ce caillot peut, se former dans le cerveau
 - Ou être transporté par le sang, et provenir d'une autre partie du corps (cœur)

Dans 20 % des cas

- L'infarctus est dû,
 - A à une hémorragie cérébrale, produite suite à rupture d'un vaisseau.





Fédération française de cyclotourisme

Le tourisme à vélo

Accident Vasculaire Cérébral

Les signes d'alerte

- Faiblesse musculaire (engourdissement, paralysie du visage, d'un bras, d'une jambe, de la moitié du corps)
- Troubles visuels (perte de moitié du champ visuel, de la vision d'un seul œil ou vision double)
- Perte soudaine de l'équilibre (vertige, chute), instabilité en marchant...
- Trouble de la parole, trouble de la compréhension





Fédération française de cyclotourisme

Le tourisme à vélo

Pour vous aider!

Accident Vasculaire Cérébral et AIT

V isage paralysé: *hémiplégie*

I nertie d'un membre: *hémiplégie*

T rouble de la parole, trouble visuel monoculaire,

E n urgence appel du 15

Dès ces premiers symptômes repérés, appeler le 15, il y a urgence!





Fédération française de cyclotourisme

le tourisme à vélo

Accident Vasculaire Cérébral

Les AVC et AIT sont principalement liés:

- 1- A l'âge: *Risque doublé tous les dix ans après 55 ans*
- 2- A l'hérédité familiale

Les facteurs de risque évitables

- L'hypertension artérielle, le diabète, le tabagisme,
- Les maladies cardiaques, l'excès de lipides sanguins,
- le surpoids, la négligence du respect d'un traitement anticoagulant...





Fédération française de cyclotourisme

le tourisme à vélo

Accident Vasculaire Cérébral et AIT

 **AVC ou AIT?**

 **Même combat, pas de temps à perdre!**

 **La gravité des séquelles dépend de la rapidité de la prise en charge**

- Les premières heures sont capitales
 - Chaque minute perdue c'est 4 millions de neurones détruits (par absence d'oxygène)
Rétablir la circulation sanguine dans le cerveau est déterminant

