



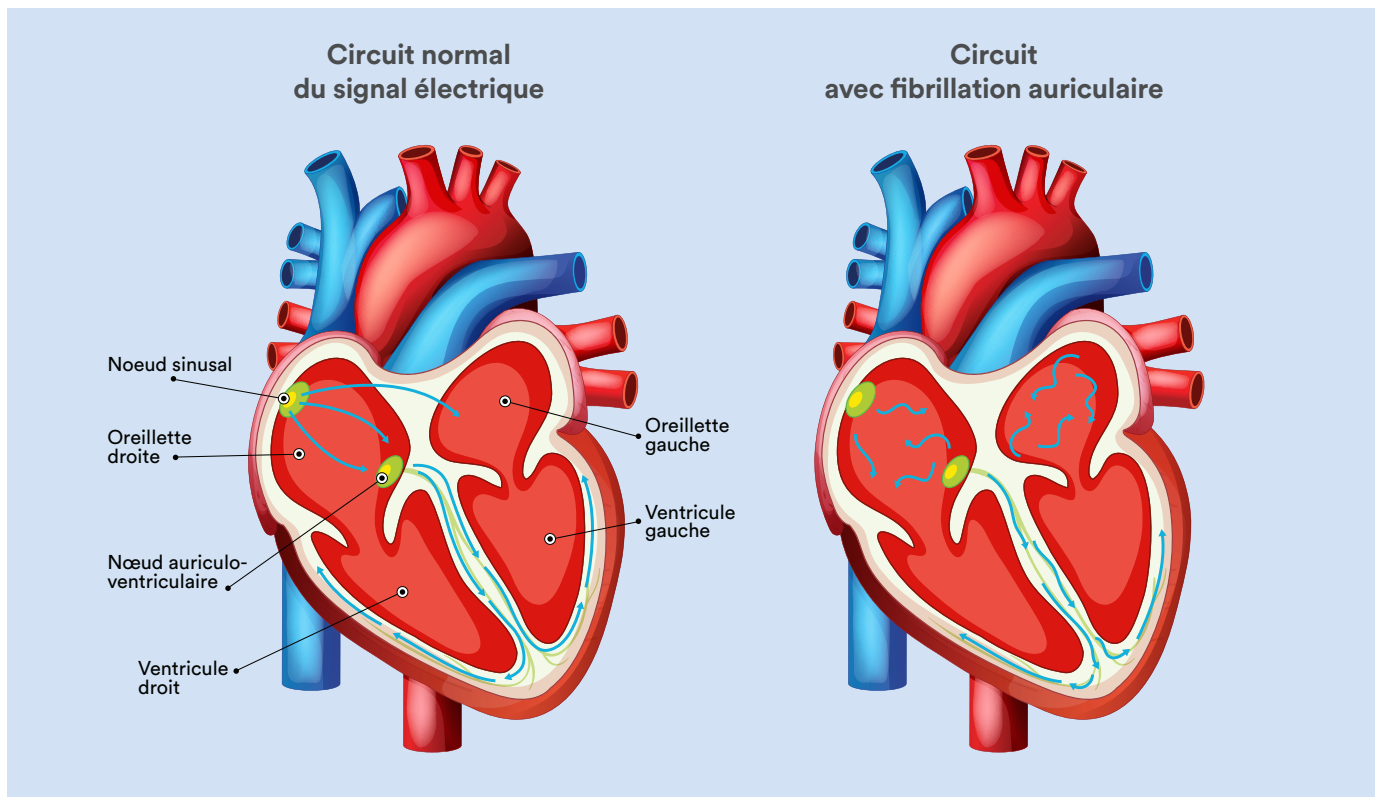
# La fibrillation auriculaire

Vous êtes atteint du trouble du rythme cardiaque (arythmie) le plus courant, appelé fibrillation auriculaire. Cette fiche vous aidera à mieux comprendre ce trouble et à savoir quoi faire pour prendre soin de vous.

## Qu'est-ce que la fibrillation auriculaire?

Le cœur possède un système électrique qui lui permet de battre. Le signal électrique part du nœud sinusal dans l'oreillette droite. Il se poursuit dans les autres structures du cœur. Son parcours est illustré ci-dessous.

Parfois, ce système fonctionne mal et contracte les oreillettes du cœur de façon plus rapide et moins régulière que d'habitude. Le cœur peut alors avoir de la difficulté à pomper du sang dans tout le corps.





## Quels sont les signes de fibrillation auriculaire?

Il peut y en avoir plusieurs, comme :

- des palpitations, c'est-à-dire que le cœur bat vite et cogne dans la poitrine; parfois, on peut sentir qu'il manque des battements
- de la fatigue ou un manque d'énergie
- de l'essoufflement ou l'impression d'être sur le point de s'évanouir
- une pression, un serrement ou un inconfort à la poitrine
- des sueurs
- de l'anxiété

Il se peut aussi que vous ne sentiez aucun signe.

## Quelles sont les causes?

Il peut être difficile d'identifier la cause exacte de la fibrillation auriculaire.

Les principaux facteurs de risque sont :

- le vieillissement
- la haute pression artérielle (hypertension)
- l'apnée du sommeil
- un surplus de poids
- une maladie des artères coronaires (coronaropathie) ou du muscle du cœur (cardiomyopathie)
- un problème aux valves du cœur (les portes entre les chambres du cœur)
- l'excès d'alcool
- une opération récente au cœur

## Quels examens puis-je passer?

Le médecin fait d'abord un bilan de santé. Il pose des questions sur vos symptômes et votre état de santé général. Puis, il réalise un examen physique.

Vous pourriez devoir passer les tests suivants :

- un électrocardiogramme (ECG) : l'activité électrique du cœur est enregistrée sur une courte période
- un enregistrement Holter : l'activité électrique du cœur est enregistrée sur une plus longue période (jusqu'à 24 h)

- une échographie cardiaque : on observe le cœur en action, grâce à des ultrasons

Ces tests ne causent aucune douleur.

## Quels sont les traitements possibles?

Voici les principaux traitements. On les adapte à chacun selon les besoins.

### MÉDICAMENTS

**Selon votre cas, on pourrait vous en prescrire pour :**

- Ralentir les battements du cœur (ex. : bêtabloquant).
- Contrôler les arythmies et éviter la fibrillation (médicament antiarythmique). Ils sont surtout prescrits quand les malaises sont plus importants et que les médicaments pour ralentir les battements du cœur ne suffisent pas.
- Rendre le sang plus fluide (anticoagulant). Ils réduisent le risque qu'un caillot de sang se forme dans un vaisseau sanguin du cœur et cause des complications.

### INTERVENTIONS

**Au besoin, vous pourriez avoir l'une des interventions suivantes :**

- Cardioversion électrique: une courte intervention pendant laquelle on donne une faible décharge électrique au cœur. Aucune douleur n'est ressentie, car la personne est endormie durant quelques minutes. Cela se fait avec un petit appareil appelé défibrillateur, posé sur la peau.
- Retrait (ablation) de la zone anormale du système électrique : à l'aide d'un petit tube (cathéter) qu'on entre dans une veine pour se rendre jusqu'au cœur, afin de détruire des tissus. Cela aide à rétablir le bon fonctionnement du système électrique du cœur.

## Peut-il y avoir des complications?

Posez la question à votre médecin. Si ce type d'arythmie n'est pas traitée, il y a un plus grand risque :

- d'accident vasculaire cérébral (AVC) : un caillot ou un saignement dans un vaisseau de la tête cause un manque d'oxygène dans une région du cerveau (lire aussi la fiche santé *Avoir un caillot dans le cerveau - L'AVC ischémique*)



## Peut-il y avoir des complications? (suite)

- de thrombose artérielle : un caillot de sang se forme dans un vaisseau (artère)
- d'insuffisance cardiaque : le cœur a du mal à faire circuler le sang à travers le corps

## Que dois-je faire pour mieux vivre avec la fibrillation?

La plupart des personnes atteintes de ce type d'arythmie ont une bonne qualité de vie quand le problème est bien traité et suivi.

De plus, si les facteurs de risque sont bien identifiés et contrôlés (par exemple, par un bon suivi de la pression artérielle), cela aide à réduire la gravité des symptômes d'arythmie et leur retour.

L'activité physique (par exemple, la marche) et le sport sont bons pour la santé du cœur. Parlez-en à votre médecin avant de commencer. Il pourra vous donner des conseils, pour votre sécurité.

Vous avez des inquiétudes ou des craintes pour la reprise des activités physiques? Parlez-en à votre équipe de soins. Elle pourra mieux vous aider.

## Quel est le suivi?

Vous aurez des rendez-vous de suivi avec votre médecin. Il est important d'y aller pour bien surveiller votre cœur.

## Que faire si j'ai des signes de fibrillation auriculaire?

Si les battements de votre cœur (pouls) sont irréguliers ou rapides, ou si vous avez des étourdissements ou de l'essoufflement :

- assoyez-vous ou couchez-vous tout de suite
- demandez à quelqu'un de rester près de vous
- prenez votre pouls pour savoir s'il est rapide, et s'il est régulier ou non

La plupart du temps, les signes vont s'en aller avec le repos. Quand vous vous sentez mieux, vous pouvez reprendre vos activités.

## QUAND ME RENDRE À L'URGENCE?

Appelez le 9-1-1 ou faites-vous conduire à l'urgence de l'hôpital le plus près si :

- vous avez encore des étourdissements, malgré le repos
- vous êtes essoufflé malgré le repos ou vous n'arrivez pas à reprendre votre souffle
- vous avez des douleurs à la poitrine
- vous avez un inconfort au cou, à la mâchoire, à l'épaule ou au bras
- vous avez une faiblesse soudaine d'un côté du corps ou avez du mal à parler

Pour plus d'information, vous pouvez contacter l'infirmière de la cardiologie au 514 338-2222, poste 1-3408-# de 8h à 16h, du lundi au vendredi.

## RESSOURCES UTILES

- Le guide *Vivre avec la fibrillation auriculaire* par l'Institut de cardiologie de l'Université d'Ottawa : [ottawaheart.ca/fr](http://ottawaheart.ca/fr)  
> Dans la section *Patients et visiteurs*, cliquer sur *Outils et ressources* > *Guides à l'intention des patients* > *Vivre avec la fibrillation auriculaire*
- Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada : [coeuretavc.ca](http://coeuretavc.ca)

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.



Cœur et vaisseaux sanguins  
Traitement de la fibrillation auriculaire  
[ciusssnordmtl.ca/fiches-coeur](http://ciusssnordmtl.ca/fiches-coeur)