



**l'Assurance  
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

Dossier de presse 20 septembre 2022

# Insuffisance cardiaque, mieux informer pour mieux la détecter



**Essoufflement  
inhabituel**



**Prise de poids  
rapide**



**Pieds et chevilles  
gonflés (œdèmes)**



**Fatigue  
excessive**

# Sommaire

---

<b>INTRODUCTION</b>	<b>3</b>
<b>01   L'INSUFFISANCE CARDIAQUE, UN RISQUE VITAL SI ELLE N'EST PAS TRAITÉE</b>	<b>4</b>
• Quand le cœur répond moins bien aux besoins de l'organisme	4
• Une maladie potentiellement sévère, avec un fort retentissement sur la qualité de vie si la prise en charge n'est pas optimale	5
<b>02   DES SYMPTÔMES QUI DOIVENT ALERTER ET AMENER À CONSULTER SON MÉDECIN</b>	<b>6</b>
• Une maladie mal connue du grand public, y compris des malades eux-mêmes	6
• Savoir reconnaître les signes de la maladie	7
• Une vigilance particulière requise pour certains malades chroniques	7
• Le diagnostic précoce, couplé à une prise en charge globale, permet de freiner la maladie	8
<b>03   UNE COMMUNICATION NATIONALE POUR SENSIBILISER A L'INSUFFISANCE CARDIAQUE ET À SES SIGNES D'ALERTE</b>	<b>9</b>

# Introduction

---

En France, **1,5 million de personnes souffrent d'insuffisance cardiaque**. Cette maladie touche plus particulièrement les personnes **âgées de plus de 60 ans<sup>(1)</sup>**. Avec le vieillissement de la population, **ce chiffre pourrait croître de 25% tous les 4 ans<sup>(1)</sup>**.

Malgré sa prévalence et sa progression dynamique, l'insuffisance cardiaque est peu connue de la population. **Ses 4 signes et symptômes (fatigue, essoufflement, gonflement des pieds et des chevilles, prise de poids rapide)**, peuvent être attribués à tort par les malades au vieillissement, ou à d'autres causes, ce qui entraîne un retard de diagnostic préjudiciable pour leur qualité de vie.

Un diagnostic trop tardif peut ainsi conduire à une décompensation de l'insuffisance cardiaque nécessitant une hospitalisation, parfois en soins intensifs.

À l'inverse, **un diagnostic précoce, suivi d'une prise en charge médicale adaptée et du respect de recommandations hygiéno-diététiques permettent de mieux vivre son insuffisance cardiaque et de limiter les hospitalisations en urgence**.

Il apparaît donc nécessaire d'**informer davantage le grand public sur cette maladie, afin de la détecter plus tôt et de prévenir son aggravation**.

C'est pourquoi l'Assurance Maladie lance, à partir du 25 septembre 2022, une **campagne nationale de sensibilisation sur l'insuffisance cardiaque et ses signes d'alerte**.



(1) Livre blanc pour une prise en charge de l'insuffisance cardiaque et des cardiomyopathies, Société Française de Cardiologie (SFC) – Groupe Insuffisance Cardiaque et Cardiomyopathies (GICC), 27 septembre 2021.

# 01

## L'INSUFFISANCE CARDIAQUE, UN RISQUE VITAL SI ELLE N'EST PAS TRAITÉE

### QUAND LE CŒUR RÉPOND MOINS BIEN AUX BESOINS DE L'ORGANISME

On parle d'insuffisance cardiaque lorsque le cœur perd sa force musculaire et sa capacité de contraction normale ; il ne pompe plus suffisamment de sang pour permettre aux organes de recevoir assez d'oxygène et d'éléments nutritifs, essentiels à leur bon fonctionnement. **L'insuffisance cardiaque est donc l'incapacité du muscle cardiaque à assurer normalement son rôle de propulsion du sang dans l'organisme.**

**Cette maladie se manifeste d'abord à l'effort** lorsque le cœur doit s'adapter en augmentant sa fréquence de contraction et le débit d'éjection du sang, puis au repos. En effet, dans un premier temps, le cœur tente de s'adapter à la perte de sa force de contraction en accélérant ses battements (augmentation de la fréquence cardiaque), puis il augmente de volume (épaississement des parois ou dilatation des cavités cardiaques). Ce surcroît de travail pour le cœur finit par aggraver l'insuffisance cardiaque.

Les conséquences de l'insuffisance cardiaque perturbent l'équilibre en eau et électrolytes de l'organisme. Le ralentissement de la circulation entraîne une stagnation et une accumulation du sang dans les vaisseaux. Ceci augmente la pression sur leurs parois et provoque un passage de liquide vers les tissus. **C'est ainsi que des œdèmes apparaissent au niveau des membres inférieurs.** Les reins, moins bien irrigués par le sang oxygéné, éliminent moins de sel et d'eau dans les urines, majorant ces œdèmes. C'est cette rétention d'eau qui explique aussi la **prise de poids rapide.**



## UNE MALADIE POTENTIELLEMENT SÉVÈRE, AVEC UN FORT RETENTISSEMENT SUR LA QUALITÉ DE VIE SI LA PRISE EN CHARGE N'EST PAS OPTIMALE

Si elle n'est pas prise en charge précocement, cette pathologie chronique et évolutive s'aggrave et provoque une **dégradation importante de la qualité de vie**, avec une altération des capacités fonctionnelles, susceptible d'être **source d'anxiété, voire de dépression**.

En effet, d'une part **le patient ne peut plus accomplir aisément des tâches élémentaires de la vie quotidienne** (se promener, transporter des objets légers, etc.) car sa tolérance à l'effort est limitée ; d'autre part, il connaît des **hospitalisations répétées** à chaque décompensation qui se définit par une amplification des signes de la maladie.

Dans l'ensemble, l'insuffisance cardiaque est à l'origine de 200 000 hospitalisations par an et provoque un décès toutes les 7 minutes<sup>(1)</sup>.

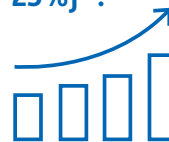
Après une hospitalisation, 45% des patients seront ré-hospitalisés dans l'année dont 25% à trois mois et 29% décéderont dans l'année<sup>(1)</sup>.

### De plus en plus de personnes touchées par la maladie.



L'insuffisance cardiaque concernerait **2,3%** de la population adulte<sup>(1)</sup>.

Chaque année le nombre de nouveaux patients augmente de **120 000** nouveaux cas (en 4 ans ce nombre a ainsi progressé de 25%)<sup>(1)</sup>.



Elle touche particulièrement les seniors, jusqu'à **10%** des personnes de 70 ans ou plus en sont atteintes<sup>(2)</sup>.

Les hospitalisations représentent **42,3%** des dépenses totales de l'Assurance Maladie consacrées à cette pathologie ; celles-ci s'élevaient à plus de 3 milliards d'euros (3 031 Md€) en 2020<sup>(3)</sup>.

(1) Livre blanc pour une prise en charge de l'insuffisance cardiaque et des cardiomyopathies, Société Française de Cardiologie (SFC) – Groupe Insuffisance Cardiaque et Cardiomyopathies (GICC), 27 septembre 2021.

(2) Source : Santé publique France.

(3) Data pathologies Cnam, site internet consulté en août 2022.

# 02

## DES SYMPTÔMES QUI DOIVENT ALERTER ET AMENER À CONSULTER SON MÉDECIN

### UNE MALADIE MAL CONNUE DU GRAND PUBLIC, Y COMPRIS DES MALADES EUX-MÊMES

Si la douleur dans la poitrine est bien identifiée comme un symptôme possible de maladie cardiovasculaire par 72% des Français âgés de 18 à 75 ans, **ce n'est pas le cas des 4 signes d'alerte de l'insuffisance cardiaque<sup>(1)</sup>.**



**Essoufflement à l'effort**  
(cité dans 44% des cas)



**Prise de poids rapide**  
(6%)



**Œdèmes des pieds et chevilles, jambes**  
(6%)



**Fatigue importante**  
(22%)<sup>(1)</sup>

**Quant aux séniors âgés de plus de 60 ans, chez qui la maladie est pourtant plus fréquente, une étude de BVA menée pour l'Assurance Maladie en juin 2022 met en évidence qu'ils en ont une perception partielle.** Quand on les interroge sur les maladies cardiovasculaires qu'ils connaissent, **seulement 1 sur 10 cite spontanément l'insuffisance cardiaque<sup>(2)</sup>.**

**Fait marquant : les séniors atteints de cette maladie ne sont pas plus nombreux à la mentionner de manière spontanée<sup>(2)</sup>.**

Ils sont également **peu à pouvoir la caractériser spontanément** : pour 1 séniors sur 2 (49%), l'insuffisance cardiaque est synonyme de dysfonctionnement du cœur. **Seuls 19% en citent spontanément au moins l'un des symptômes<sup>(2)</sup>.**

**Cependant, ils sont plus de 8 sur 10 à reconnaître que l'essoufflement (83%) et la fatigue (82%) sont des symptômes de l'insuffisance cardiaque. Les œdèmes (62%) et la prise de poids rapide (26%) sont en revanche nettement moins identifiés<sup>(2)</sup>.**

**Signe que cette maladie est difficile à appréhender, cette méconnaissance peut perdurer chez les patients hospitalisés pour décompensation cardiaque : un quart d'entre eux n'intègrent pas qu'ils souffrent de cette affection. Et plus de la moitié (56%) ne savent pas qu'ils ont été hospitalisés pour des symptômes liés à leur insuffisance cardiaque<sup>(3)</sup>.**

(1) Étude « Connaissance des symptômes des maladies cardiovasculaires », GICC - juin 2018.

(2) Étude « Les séniors et l'insuffisance cardiaque » conduite auprès de 1 733 personnes âgées de 60 ans et plus ainsi que de 300 médecins généralistes libéraux ou mixtes - BVA pour l'Assurance Maladie - juin 2022.

(3) Étude ICPS2 « Insuffisance cardiaque. Premiers symptômes - Parcours de soins : parcours de soins et perception du patient insuffisant cardiaque en France » - septembre 2018.

## SAVOIR RECONNAÎTRE LES SIGNES DE LA MALADIE

La **difficulté à reprendre son souffle** doit être prise au sérieux. Elle est due à une augmentation de la pression sanguine dans les vaisseaux pulmonaires, empêchant le bon fonctionnement des poumons. **Cette gêne se manifeste d'abord à l'effort, puis pour des efforts de plus en plus petits et enfin au repos**, en position assise. Une toux en position allongée, survenant surtout la nuit, peut y être associée.

**À noter : l'apparition d'un essoufflement en position allongée est un symptôme d'aggravation nécessitant une consultation médicale urgente.**

Autre signe évocateur de l'insuffisance cardiaque, **l'apparition d'œdèmes** sur certaines parties du corps (pieds, chevilles). On **reconnaît facilement un œdème cutané, lorsqu'après avoir exercé une pression avec le doigt, la marque reste visible quelques instants**. Ces œdèmes peuvent aussi se traduire par une **prise de poids extrêmement rapide et inexpliquée** (deux à trois kilos en quelques jours), liée à de la rétention d'eau par l'organisme.

**De la fatigue est également ressentie lors des efforts de la vie quotidienne.** Elle est en partie liée au manque d'apport d'oxygène et de nutriments aux muscles.



Essoufflement inhabituel



Prise de poids rapide



Pieds et chevilles gonflés (œdèmes)



Fatigue excessive

Présents isolément, ces 4 symptômes ne sont pas spécifiques de la maladie mais leur association ou leur récente survenue sont évocatrices d'une insuffisance cardiaque.

Qu'il s'agisse d'une découverte de l'insuffisance cardiaque OU d'une décompensation d'une insuffisance cardiaque connue, ces quatre signes et symptômes sont identiques. Dans tous les cas, il est crucial de se rapprocher de son médecin traitant au plus vite.

## UNE VIGILANCE PARTICULIÈRE REQUISE POUR CERTAINS MALADES CHRONIQUES

L'insuffisance cardiaque a le plus souvent comme origine une pathologie cardiaque ou des facteurs de risques cardiovasculaires. Les maladies des artères coronaires telles que **l'infarctus du myocarde et l'angine de poitrine** constituent les principales causes d'insuffisance cardiaque.

De nombreuses autres maladies cardiovasculaires, comme les anomalies de valves cardiaques, la fibrillation auriculaire et les cardiomyopathies sont susceptibles d'être à l'origine d'une insuffisance cardiaque. Celle-ci peut également être provoquée par une **hypertension artérielle**, un **diabète**, une **bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO)**, ou encore une **insuffisance rénale chronique avancée**.

Les personnes présentant ces affections doivent donc faire l'objet d'une vigilance particulière, d'une part à un niveau individuel, en étant à l'écoute de leur corps et en surveillant l'apparition des symptômes caractéristiques de l'insuffisance cardiaque. D'autre part, **avec leur médecin généraliste lors de la consultation, en dialoguant avec celui-ci sur d'éventuels facteurs de risque, symptômes et signes cliniques.**

Par ailleurs, chez les personnes atteintes d'une maladie chronique, **toute occasion d'échanges avec un professionnel de santé** (par exemple infirmier, pharmacien, masseur-kinésithérapeute, visite régulière chez le médecin spécialiste) **doit être saisie pour aborder la survenue de signaux évocateurs de la maladie.**

## LE DIAGNOSTIC PRÉCOCE, COUPLÉ À UNE PRISE EN CHARGE GLOBALE, PERMET DE FREINER LA MALADIE

La première étape capitale conduisant au diagnostic de l'insuffisance cardiaque est donc pour le patient d'**alerter le médecin généraliste**, idéalement le médecin traitant, **sur la présence d'un ou plusieurs de ces symptômes ou signes**.

Le diagnostic initial de la maladie repose alors sur un bilan comprenant notamment : un **examen clinique, un bilan sanguin et une radiographie thoracique**.

Une **orientation vers le cardiologue** sera ensuite proposée afin de compléter le bilan par : l'examen clinique du spécialiste ; un **électrocardiogramme** (si non réalisé auparavant) pour analyser l'activité électrique du cœur ; une **échocardiographie** pour visualiser la morphologie du cœur, ses cavités, sa capacité à se remplir et à se contracter, permettant ainsi de confirmer l'insuffisance cardiaque.

Les professionnels de santé impliqués s'attacheront également à **mettre en évidence la cause à l'origine de l'insuffisance cardiaque** et réaliseront un **bilan des facteurs de risque cardiovasculaire** (par exemple le tabagisme, un diabète, une anomalie des graisses dans le sang, une hypertension artérielle,...).

**Diagnostiquée précocement, une insuffisance cardiaque symptomatique peut souvent permettre aux soignants de traiter la maladie sans recours à l'hospitalisation.**

Une fois stabilisée, avec un traitement global agissant sur la cause de la maladie et ses symptômes, le respect des recommandations hygiéno-diététiques (exercice physique, se peser tous les jours, observance des traitements, ne pas saler ses aliments) et un suivi régulier par l'équipe de soin, **la qualité de vie du patient insuffisant cardiaque peut être préservée.**



# 03

## UNE COMMUNICATION NATIONALE POUR SENSIBILISER À L'INSUFFISANCE CARDIAQUE ET À SES SIGNES D'ALERTE

Aujourd'hui, l'Assurance Maladie initie une nouvelle étape avec l'incitation des patients et des professionnels de santé à **mieux reconnaître les signes de l'insuffisance cardiaque, pour un dépistage précoce et une prise en charge optimale**, en diffusant une campagne nationale de sensibilisation dès le 25 septembre 2022.

La mise en avant des signaux d'alerte – essoufflement inhabituel, prise de poids rapide, pieds et chevilles gonflés, fatigue excessive - est accompagnée de l'accroche : « **Insuffisance cardiaque : et si votre cœur essayait de vous dire quelque chose ?** » afin de susciter, chez celles et ceux qui présenteraient un ou plusieurs de ces signes, une réflexion ainsi qu'une discussion avec leur médecin.

Se déroulant pendant 5 semaines, cette campagne se décline en :

- Un **spot TV** visible sur les principales chaînes nationales ;
- Un **spot radio** diffusé sur des stations généralistes et musicales ;
- Des **insertions en presse** quotidienne régionale, en presse magazine féminine, sénior et de programmes TV ;
- Une **vidéo pour les salles d'attente des cabinets** (médecins généralistes, infirmiers, kinésithérapeutes...) et **en pharmacies** ;
- Des **posts** sur les réseaux sociaux.

**Les professionnels de santé** (médecins et paramédicaux) sont parallèlement sensibilisés par l'Assurance Maladie via les canaux d'informations qui leurs sont réservés (e-news, sections dédiées aux professionnels de santé du site ameli, etc...).

L'Assurance Maladie s'investit pleinement dans l'optimisation du plan de soins de l'insuffisance cardiaque en accompagnant les professionnels : informations médicales, partage de données relatives au territoire et à la patientèle, aide à la coordination, structuration du parcours du patient notamment en sortie d'hospitalisation (Prado).

**Insuffisance cardiaque.**  
Et si votre cœur essayait de vous dire quelque chose ?

Essoufflement inhabituel    Prise de poids rapide    Pieds et chevilles gonflés (Cedèmes)    Fatigue excessive

Si vous constatez un seul ou plusieurs de ces signes, surtout après 60 ans, vous souffrez peut-être d'insuffisance cardiaque.

**PARLEZ-EN À VOTRE MÉDECIN.**

Un second volet de cette campagne, axé sur les bons réflexes à adopter par les patients insuffisants cardiaques, verra le jour en 2023.

## À PROPOS DE L'ASSURANCE MALADIE

Depuis 75 ans, l'Assurance Maladie joue un rôle majeur au service de la solidarité nationale en assurant la gestion des branches Maladie et Accidents du travail et Maladies professionnelles du régime général de la Sécurité sociale. Afin de pouvoir protéger durablement la santé de chacun, à chaque étape de la vie, elle agit en proximité auprès de l'ensemble des acteurs, assurés, professionnels de santé, entreprises, institutionnels... et crée les conditions pour assurer collectivement la pérennité du

système. Acteur pivot du système, elle œuvre au quotidien pour garantir l'accès universel aux droits et permettre l'accès aux soins, pour accompagner chaque assuré dans la préservation de sa santé et pour améliorer en permanence l'efficacité du système. Elles'appuie pour cela sur l'expertise de ses plus de 80 000 collaborateurs, répartis sur l'ensemble du territoire au sein de la Caisse nationale et des 102 caisses primaires d'assurance maladie, des 16 directions régionales du Service médical,

des quatre caisses générales de sécurité sociale (CGSS) et de la caisse de sécurité sociale (CSS) dans le cas de Mayotte, des 20 caisses d'assurance retraite et de la santé au travail (Carsat) et des 13 unions de gestion des établissements de caisse d'Assurance Maladie (Ugecam) qui partagent le même mot d'ordre au service de la santé de tous :

**AGIR ENSEMBLE,  
PROTEGER CHACUN.**

### Contacts presse :

#### Agence PRPA

Anne Pezet  
[presse-prpa@prpa.fr](mailto:presse-prpa@prpa.fr)  
Tél : 06 87 59 03 88

### Service de presse de la Caisse nationale de l'Assurance Maladie

Céline Robert-Tissot  
[Presse.cnam@assurance-maladie.fr](mailto:Presse.cnam@assurance-maladie.fr)  
01 72 60 13 37

 Suivez notre actualité sur Twitter !  
[https://twitter.com/Assur\\_Maladie](https://twitter.com/Assur_Maladie)



**l'Assurance  
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun