

Insuffisance cardiaque: après l'hôpital, le début d'un accompagnement coordonné

Essoufflement, fatigue inhabituelle, jambes qui gonflent... Ces symptômes vous semblent familiers? Ils peuvent signaler un début d'insuffisance cardiaque, une maladie chronique en forte augmentation et qui figure aujourd'hui parmi les principales causes d'hospitalisation chez les personnes âgées. Les traitements ont beaucoup progressé ces dernières années, mais le véritable défi pour les personnes touchées et leur médecin commence après la sortie de l'hôpital. Pour mieux gérer ce retour à la maison, le Réseau de l'Arc développe des parcours de soins qui permettent d'accompagner les patients à domicile afin de prévenir les complications, mais aussi et surtout d'éviter les réhospitalisations.

Au fait, savez-vous ce qu'est l'insuffisance cardiaque? Coupons court aux idées reçues. Cela ne signifie pas que le cœur s'arrête de fonctionner! Cette maladie fréquente entraîne une diminution de la capacité du cœur à assurer correctement son rôle de «pompe» ou à se remplir efficacement, avec pour conséquence un apport insuffisant en oxygène dans l'organisme, surtout lors d'efforts physiques. «L'un des principaux symptômes est un essoufflement et une intolérance à l'effort. L'insuffisance cardiaque s'accompagne aussi d'une tendance à la rétention d'eau, qui se manifeste par des œdèmes aux membres inférieurs et une prise de poids», explique le Dr Marco Roberto, spécialiste ISFM/FMH en cardiologie au Réseau de l'Arc. Lorsque cette rétention d'eau s'aggrave, elle peut provoquer une décompensation cardiaque aiguë nécessitant une hospitalisation afin d'adapter le traitement.

Ne pas banaliser les signaux que le corps envoie

La prise en charge de cette maladie repose autant sur les traitements que sur la vigilance du patient: «Une prise de poids de plus d'un à deux kilos en quelques jours ou une aggravation de l'essoufflement doivent conduire à consulter rapidement un médecin», souligne le Dr Marco Roberto. Les personnes atteintes d'insuffisance cardiaque sont donc invitées à surveiller quotidiennement leur poids, à prendre correctement leur traitement et à rester attentives à l'évolution de leurs symptômes. La prévention joue également un rôle essentiel. Une bonne prise en



Essoufflement, fatigue ou œdèmes peuvent être les signes d'une insuffisance cardiaque. Une prise en charge adaptée et un suivi coordonné permettent de mieux accompagner les personnes atteintes de cette maladie chronique.

charge de l'hypertension, du diabète, du surpoids et du cholestérol, ainsi que la lutte contre le tabagisme et la sédentarité, permettent de réduire le risque de développer une insuffisance cardiaque.

Les progrès réalisés ces dernières années permettent d'améliorer considérablement le pronostic grâce à de nombreuses options thérapeutiques: «Le traitement est adapté au type d'insuffisance cardiaque grâce à une évaluation cardiologique complète, notamment par échocardiographie. Dans certaines situations, des dispositifs implantables ou le traitement d'une maladie des valves peuvent également améliorer l'évolution de la maladie», précise le Dr Marco Roberto.

Si l'insuffisance cardiaque reste une maladie sérieuse, il est aujourd'hui possible de vivre longtemps avec elle. «Le pronostic des patients ne cesse de s'améliorer grâce aux traitements actuels. En revanche, cela nécessite une bonne observance des médicaments, une alimentation adaptée, une limitation des excès de sel et un suivi attentif des symptômes», rappelle le Dr Marco Roberto.

Le défi commence une fois de retour à la maison

Pour les patients, quitter l'hôpital est synonyme de soulagement. Pour-

tant, c'est aussi le début d'une période particulièrement délicate. Durant le premier mois qui suit une hospitalisation, le risque de complications et de réhospitalisation est le plus élevé. En Suisse, près d'un patient sur quatre retourne à l'hôpital durant cette période.

«Cette étape de transition est particulièrement vulnérable. C'est précisément à ce moment que la coordination entre tous les professionnels de santé devient essentielle afin de prévenir les réhospitalisations et d'améliorer la qualité de vie des patients», explique le Dr Kafui Houegnifioh, spécialiste FMH en médecine interne et chef du département de médecine du Réseau de l'Arc.

Pour répondre à cet enjeu, le Réseau de l'Arc développe actuellement une filière spécifique dédiée à l'insuffisance cardiaque. Il s'agit d'assurer une continuité des soins entre l'hôpital, le médecin traitant, le cardiologue et les autres professionnels impliqués dans la prise en charge. Chaque acteur intervient au bon moment, avec un objectif commun, celui d'éviter une nouvelle décompensation et permettre au patient de retrouver son autonomie.

«Le succès de la prise en charge ne dépend pas uniquement de ce qui est fait à l'hôpital. Il repose aussi sur une préparation minutieuse de la sortie, une bonne information du patient et une organisation rapide du suivi ambulatoire», résume le Dr Kafui Houegnifioh.

Au-delà du suivi médical, cette approche donne une place centrale au patient. L'objectif est qu'il apprenne progressivement à mieux connaître sa maladie et à reconnaître les premiers signes d'une aggravation.

«L'éducation thérapeutique est essentielle. Plus le patient comprend sa maladie et les signes qui doivent l'alerter, plus il gagne en autonomie et plus nous pouvons intervenir précocement avant qu'une nouvelle hospitalisation ne devienne nécessaire», explique le Dr Kafui Houegnifioh. Cette démarche implique également les proches et l'ensemble des professionnels qui accompagnent le patient à domicile.

Une approche qui s'inscrit dans la philosophie VIVA

Cette prise en charge rejoint pleinement la vision des soins intégrés portée par le Réseau de l'Arc: mieux coordonner l'ensemble des professionnels de santé, renforcer l'accompagnement personnalisé et permettre aux personnes atteintes d'une maladie chronique de vivre le plus longtemps possible à domicile, dans les meilleures conditions de santé et de qualité de vie.

Nicolas Mouget, gestionnaire de santé VIVA, possède déjà une expérience dans le suivi de parcours chroniques avec télésuivi pour les membres qui en ressentent le besoin: «Le déploiement des parcours permet d'accorder une attention particulière aux patients grâce à un suivi personnalisé, adapté à leurs besoins. Cette connaissance du membre VIVA favorise l'anticipation de certaines situations, et les canaux de communication avec les partenaires permettent d'identifier plus rapidement les cas qui présentent des signes de dégradation.» En cas de besoin, la collaboration avec le service d'hospitalisation à domicile du Réseau constitue également une réelle plus-value. Pour le gestionnaire de santé, la véri-

table valeur du parcours chronique se construit dans un travail discret, mais continu; anticiper, coordonner et accompagner. C'est moins une succession de sprints qu'un marathon où la régularité fait la différence, complète Nicolas Mouget: «Je pense notamment à un membre VIVA âgé souffrant d'insuffisance cardiaque. La mise en contact avec les soins à domicile a permis d'intervenir durant l'absence du médecin traitant. Ensuite, grâce à l'intervention de l'hospitalisation à domicile, le traitement a pu être adapté rapidement. Le lien créé avec les soins à domicile a été bénéfique, offrant un point d'entrée dans le réseau lorsque le médecin n'était pas disponible.»

À distance, mais jamais seul

Le suivi à distance est rassurant et apprécié, car il permet aux membres VIVA de savoir que leurs informations de santé sont prises en compte. Ils se sentent ainsi moins seuls face à leur maladie. Cette relation de confiance, associée à un véritable travail d'équipe, permet de partager les préoccupations et de vivre chaque jour au mieux avec sa maladie chronique.

Cette page est réalisée en collaboration avec:



RÉSEAU
DE L'ARC

www.reseaudelarc.net

Insuffisance cardiaque, une soirée pour mieux comprendre et agir

Afin d'approfondir le sujet de l'insuffisance cardiaque, une conférence publique se tiendra à la salle communale de Tavannes le jeudi 24 septembre à 19 h.

Entrée libre, mais inscription obligatoire, par courriel à communication@reseaudelarc.net ou par téléphone au 032 942 24 22.