

**ACCIDENTS CARDIO-VASCULAIRES
AGIR POUR PREVENIR**

Les Adhérents de l'association de Prévoyance Alptis¹, en partenariat avec le Conseil général de l'Aude, proposent une grande soirée d'information et d'échanges sur ce thème. La conférence-débat, gratuite et ouverte à tous, se tiendra :

**Le jeudi 2 avril à 18h30
A l'amphithéâtre Arterris de Castelnaudary.**

Comment prévenir l'accident cardio-vasculaire ? Y a-t-il des signes d'alerte ? Que faire en cas d'accident cardio-vasculaire ? Le Docteur Alexis LAZIM, médecin urgentiste au centre hospitalier de Castelnaudary, et le Docteur Stéphane ALBEROLA, responsable du SAMU 11 et du Centre d'enseignement des soins d'urgence (CESU), apporteront leur expertise sur le sujet.

En savoir plus sur les accidents cardio-vasculaires

Première cause de mortalité en France, les maladies cardiovasculaires tuent chaque année environ 180 000 personnes. A part les antécédents familiaux, le sexe et l'âge, les principaux facteurs de risque cardiovasculaires peuvent être modifiés, comme le tabagisme, l'hypercholestérolémie, la sédentarité, le surpoids, le diabète et l'hypertension artérielle. Ainsi, une bonne hygiène de vie – l'adoption d'une alimentation variée et équilibrée, la pratique d'une activité physique régulière (30 minutes par jour de marche rapide par exemple) – constitue un moyen de prévention majeur pour se prémunir des maladies cardio-vasculaires.

Appelé couramment « attaque », l'accident vasculaire cérébral (AVC) est le plus redoutable des accidents cardio-vasculaires. Des lésions plus ou moins graves peuvent en résulter, de la paralysie temporaire à l'handicap lourd et permanent. Les conséquences d'un AVC dépendent pour beaucoup de la rapidité de la prise en charge. L'hospitalisation immédiate permet de rétablir l'irrigation cérébrale au plus tôt et de débiter la rééducation, essentielle pour diminuer le risque de séquelles.

Il existe des signes, parfois brefs et transitoires, qui doivent inquiéter et amener à consulter en urgence :

- faiblesse ou paralysie soudaine d'un ou plusieurs membres : bras, jambe...
- perte de la sensibilité d'un ou plusieurs membres
- diminution brutale ou perte de la vue
- difficulté à parler ou à comprendre
- troubles de l'équilibre
- maux de tête intenses et inhabituels...

¹ Alptis compte, parmi ses 180 000 Assurés-Adhérents, 500 Adhérents qui s'investissent bénévolement dans les Comités locaux. Partout en France, ils organisent tout au long de l'année des manifestations sur des thématiques de santé et de prévention. Gratuites et ouvertes à tous, elles sont animées par des conférenciers reconnus localement dans leur spécialité.

Contacts Presse

Présidente du comité – Aline Rouch : 06 83 47 10 70

Animatrice régionale – Anne Giriat - Courriel : anne.giriat.erika@wanadoo.fr

Organisation des conférences-débats – Brigitte Bardoul : 04 72 36 23 58

Contact Presse Alptis – Chantal Benoist : 01 44 70 75 76

association@alptis.fr - www.alptis.org