



# Votre outil de suivi des symptômes de la sténose aortique

Reconnaissez les symptômes,  
comprenez l'impact, connaissez  
vos options de prise en charge.



Edwards

## Reconnaissez les symptômes<sup>1,2</sup>



Essoufflement, par exemple, difficulté à reprendre son souffle ou une respiration superficielle et irrégulière.



Vertiges, malaises, voire une instabilité.



Douleur, oppression ou pression dans la poitrine.



Rythme cardiaque rapide ou irrégulier.



Gonflement des chevilles ou des pieds donnant une sensation de chaussures trop serrées.

## Comprenez l'impact<sup>1,3</sup>



**Difficulté à marcher sur de courtes distances**, par exemple jusqu'à la maison d'un voisin.



**Difficulté à s'endormir** ou besoin de dormir assis.



**S'arrêter pour reprendre son souffle pendant les activités quotidiennes**, par exemple dans les escaliers.



**Réduction de l'activité physique**, par exemple les longues promenades.



**Anxiété**, par exemple un sentiment d'inquiétude face aux symptômes.

## Connaissez vos options de prise en charge

Le suivi des changements dans votre vie quotidienne peut vous aider à surveiller l'évolution de vos symptômes et vous permettre d'envisager des explications autres que le vieillissement. Utilisez ce guide pour enregistrer les informations clés et savoir ce qu'il faut faire si ces symptômes sont liés à une sténose aortique (SA).<sup>4,5</sup>



Pour plus d'informations sur la SA, téléchargez la brochure **Qu'est-ce que la sténose aortique ?**



## Pourquoi utiliser cet outil de suivi des symptômes ?

Cet outil peut vous aider à surveiller les signes et les symptômes de la SA pour en discuter avec votre médecin. Suivez vos symptômes pendant 14 jours et voyez quelle différence cela peut faire lors de votre prochain rendez-vous.

## Conseils pour remplir l'outil de suivi



Essayez de faire **un suivi sur une période de 14 jours** afin que votre médecin puisse mieux comprendre vos symptômes.



Réglez **une alarme** sur votre téléphone ou votre appareil, par exemple à 19 heures après le dîner, pour vous rappeler de remplir l'outil de suivi.



## Comment utiliser cet outil de suivi des symptômes

Écrivez quelques phrases sur cette page pour décrire les symptômes physiques, ce que vous ressentez physiquement et émotionnellement, et l'impact de ces symptômes sur votre vie. Il vous sera demandé de remplir à nouveau cette page après une semaine, puis après deux semaines de suivi des symptômes, afin que vous puissiez identifier toute tendance ou tout changement.

### Les symptômes ont un impact sur ma vie car :

*Ils m'empêchent de faire mes activités préférées. Avant j'aimais faire la voile, mais maintenant je me sens anxieux(se) face à l'océan parce que je peux avoir des vertiges à n'importe quel moment. Je suis également stressé(e) en présence de mes petits enfants, car je ne veux pas qu'ils me voient en difficulté.*

### Les activités que j'aime mais que je ne peux plus pratiquer sont les suivantes :

*La voile*

*Les longues promenades et*

*les courses à pied*

*Le golf*

### Les activités que j'aimerais pratiquer à nouveau sont les suivantes :

*Les longues marches*

*Le golf*

## Comment utiliser cet outil de suivi des symptômes (suite)






Inscrivez la date correcte sur l'outil de suivi quotidien et cochez les cases correspondantes pour chaque symptôme ou facteur lié au mode de vie. Ensuite, notez tout autre changement que vous avez remarqué dans la section Autres changements aujourd'hui.



1. Indiquez la date du jour.

Jour 1	Date 02/04/2024			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement	✓			
 Vertiges ou malaise		✓		
 Douleur thoracique			✓	
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier	✓			
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				

2. Cochez la case qui s'applique à vous pour chaque symptôme et facteur de mode de vie.

Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances	✓			
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir	✓			
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes			✓	
 Anxiété			✓	

Autres changements aujourd'hui

*Je dois faire une pause pour reprendre mon souffle lorsque je fais des travaux ménagers et je me sens très fatigué(e).*

3. Ajoutez ici tout autre changement que vous avez remarqué...

**Les symptômes ont un impact sur ma vie car :**

---



---



---



---



---



---













---

**Les activités que j'aime, mais que je ne peux plus faire, sont les suivantes :**

**Les activités que j'aimerais faire à nouveau :**

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

Jour 1	Date			
	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				






Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				






**Autres changements aujourd'hui**

---



---

Jour 2	Date			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				






Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				






**Autres changements aujourd'hui**

---



---

Jour 3	Date			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				






Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				






**Autres changements aujourd'hui**

---



---

Jour 4	Date			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				






Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				






**Autres changements aujourd'hui**

---



---

Jour 5	Date			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				






Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				






**Autres changements aujourd'hui**

---



---

Jour 6	Date			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				






Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				






**Autres changements aujourd'hui**

---



---

Jour 7	Date			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				

Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				

**Autres changements aujourd'hui**

---



---



### Symptômes qui se sont aggravés cette semaine :

(Par exemple, ma poitrine se serre plus fréquemment. Je ressens ce symptôme non seulement lorsque je joue au golf, mais aussi lorsque je marche sur de longues distances)

---

---

---

---

### Autres changements qui m'ont affecté(e) cette semaine :

(Par exemple, j'ai perdu l'appétit et je ne mange plus que deux petits repas par jour)

---

---

---

---

### Facteurs liés au mode de vie qui se sont aggravés cette semaine :






(Par exemple, j'ai plus de difficulté à promener le chien. La semaine dernière, nous faisons des promenades de 40 minutes en moyenne, mais cette semaine, j'ai à peine pu faire 30 minutes)






---

---

---

---






Jour 8	Date			
	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				






Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				

### Autres changements aujourd'hui

---

---

Jour 9	Date			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				






Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				






**Autres changements aujourd'hui**

---



---

Jour 10	Date			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				






Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				






**Autres changements aujourd'hui**

---



---

Jour 11	Date			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				






Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				






**Autres changements aujourd'hui**

---



---

Jour 12	Date			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				






Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				






**Autres changements aujourd'hui**

---



---

Jour 13	Date			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				






Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				






**Autres changements aujourd'hui**

---



---

Jour 14	Date			
Symptômes	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Essoufflement				
 Vertiges ou malaise				
 Douleur thoracique				
 Rythme cardiaque rapide ou irrégulier				
 Chevilles ou pieds enflé(e)s				

Facteurs liés au mode de vie	Aucun	Léger	Modéré	Sévère
 Difficulté à marcher sur de courtes distances				
 Difficulté à s'endormir ou besoin de s'asseoir pour dormir				
 Activité physique réduite				
 S'arrêter pour reprendre son souffle au cours des activités quotidiennes				
 Anxiété				

**Autres changements aujourd'hui**

---



---

Symptômes qui se sont aggravés cette semaine :

---

---

---

---

---

---

---

---

Autres changements qui m'ont affecté(e) cette semaine :

---

---

---

---

---

---

---

---

Facteurs liés au mode de vie qui se sont aggravés cette semaine :

---

---

---

---

---

---

---

---





# Parlez de vos symptômes à votre médecin

Découvrez d'autres ressources sur la SA :



Sensibilisation à la maladie



Guide de discussion avec le médecin



Options de traitement



Qu'est-ce qu'un TAVI ?



Conseils aux aidants



Scannez le code QR ou visitez [www.ecoutezvotrecoeur.fr](http://www.ecoutezvotrecoeur.fr)



## Références :

1. American Heart Association. Aortic Stenosis Overview. Available at: <https://www.heart.org/en/health-topics/heart-valve-problems-and-disease/heart-valve-problems-and-causes/problem-aortic-valve-stenosis> (accessed November 2023).
2. Lindman BR, et al. *Nat Rev Dis Primers*. 2016;2:16006.
3. Baz L, et al. *J. Clin. Med*. 2021;10:1579.
4. Amato MCM, et al. *Heart*. 2001;86(4):381–386.
5. Redfors B, et al. *Circulation*. 2017;135(20):1956–1976.

Edwards, Edwards Lifesciences et le logo E stylisé sont des marques commerciales ou des marques de service d'Edwards Lifesciences Corporation ou de ses filiales.

© 2024 Edwards Lifesciences Corporation. Tous droits réservés. NP--FR-0386 v1.0 - 09/24

Edwards Lifesciences SAS • Immeuble Gershwin • 1 rue Arnold Schoenberg • 78280 Guyancourt  
01 30 05 29 29 • RCS Versailles B 429 487 507



Edwards