

# MON TRAITEMENT CONTRE LE CHOLESTÉROL



# Pourquoi ce traitement et comment fonctionne-t'il ?

Suite à votre AVC, il vous a été prescrit un médicament de la famille des statines.

Ce médicament agit en bloquant la synthèse du cholestérol, qui peut obstruer vos vaisseaux sanguins.

On distingue 2 types de cholestérol :



LDL-cholestérol : il s'agit du "mauvais" cholestérol



HDL-cholestérol : il s'agit du "bon" cholestérol

Si le LDL-cholestérol est présent en grande quantité dans votre sang, il peut se déposer au niveau des vaisseaux sanguins. On parle alors de plaque d'athérome. Cette plaque peut bloquer la circulation sanguine et ainsi provoquer un AVC.



Parmi les 5 statines existantes, la votre est cochée dans la liste ci-dessous :

- Atorvastatine : TAHOR
- Rosuvastatine : CRESTOR
- Simvastatine : ZOCOR
- Fluvastatine : LESCOL
- Pravastatine : VASTEN

## Comment le prendre ?

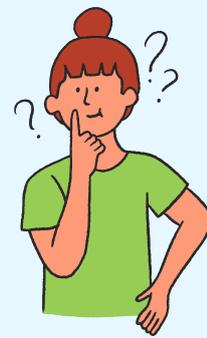
Les statines sont des médicaments à prendre :

- une fois par jour
- à heure fixe
- pendant ou en dehors des repas.



Elles sont à prendre de préférence le soir car la synthèse du cholestérol a lieu majoritairement la nuit.

# Que faire en cas d'oubli de prise ?



**Prendre correctement et régulièrement son traitement permet de limiter le risque de récurrence d'AVC.**

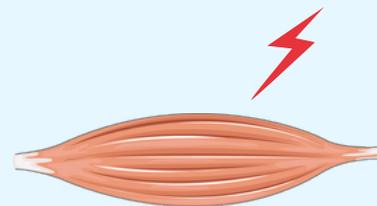
En cas d'oubli : Par rapport à l'heure de prise habituelle :

- si le délai est < 12 h : prendre le traitement et poursuivre son traitement de manière habituelle
- si le délai est > 12 h : ne pas prendre le traitement, il faut "sauter" la prise et poursuivre son traitement de manière habituelle. Ne pas doubler la dose à la prise suivante.

## Potentiels effets indésirables

Lors d'un traitement par statines, certains effets indésirables peuvent apparaître, notamment des troubles musculaires (chez moins de 10% des patients), qui peuvent se manifester par :

- une faiblesse musculaire
- des douleurs musculaires
- des crampes



**En d'apparition de ces symptômes, n'arrêtez pas de vous-même le traitement et consultez votre médecin traitant.**

Il pourra éventuellement vous prescrire une prise de sang et jugera s'il est nécessaire de modifier votre traitement.

Des troubles digestifs peuvent aussi apparaître comme des nausées, vomissements, constipation ou diarrhée.



## Surveillance de mon traitement

La surveillance de votre traitement se fait par une prise de sang. Celle-ci permet de :

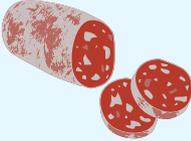
- doser les deux types de cholestérol, l'objectif étant que votre taux de LDL-cholestérol diminue, en dessous d'une valeur cible définie selon votre risque cardiovasculaire.
- faire un bilan hépatique pour voir si votre traitement est bien toléré
- en cas de gêne musculaire, un dosage d'un marqueur dans le sang (CPK) pourra être réalisé pour voir si cette gêne peut provenir du traitement.

# Règles hygiéno-diététiques

En plus de votre traitement, vous pouvez agir sur votre taux de LDL-cholestérol en adoptant un mode de vie sain :

- o Activité physique régulière et adaptée
- o Arrêt du tabac
- o Régime alimentaire :



	Riche en :	Pauvre en :	
	Fruits et légumes	Matières grasses, notamment les graisses saturées (ex : beurre)	
	Légumes secs (lentilles, haricots...)	Aliments salés (ex : charcuterie)	
	Les fruits à coques non salés (amandes, noisettes, noix...)	Aliments sucrés (ex : sodas, biscuits)	
	Eau	Boissons alcoolisées	

## Interactions



Certains médicaments peuvent interférer avec votre statine. Avant de prendre un nouveau médicament sans ordonnance, mais aussi des produits à base de plantes (tisanes), rappelez à votre pharmacien que vous prenez une statine, pour qu'il vous conseille un médicament qui n'interagisse pas avec celui-ci.



Voici, quelques exemples de substances pouvant interagir avec votre traitement :

- le millepertuis (présent dans certains compléments alimentaires, tisanes, huiles végétales)
- le jus de pamplemousse

**En cas de questions, demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien.**