Les maladies cardiovasculaires de plus en plus menaçantes

Santé

Posté par: Visiteur

Publié le : 01-10-2007 20:27:14

Les maladies cardiovasculaires constituent actuellement la première cause de mortalité dans le monde. Chaque année 25 millions de personnes décèdent de maladies cardiovasculaires dont 16 venant des pays en voie de développement. Considérées comme des maladies des pays riches, les maladies cardio-vasculaires deviendront les maladies des pays en voie de développement.

L'augmentation de la population dans le monde et le vieillissement de la population, expliquent en partie ce phénomène.

La population mondiale est en train de s'urbaniser et les facteurs de risque augmentent dans nos pays. Les principaux facteurs de risque cardio-vasculaire sont le tabac et le cholestérol générant les deux tiers du risque d'attaque cardiaque ou vasculaire. Les facteurs de risque additionnels sont l'hypertension artérielle, le diabète, l'obésité abdominale, l'insuffisance au quotidien de consommation de fruits et de légumes et l'absence d'activité physique.

Le Maroc est sérieusement menacé par les maladies cardiovasculaires. Les chiffres sont de plus en plus alarmants. Quand on sait que le tiers de la population marocaine est hypertendu, qu'il y a 3 millions d'obèses dans le pays et que le diabète toucherait plus d'un million et demi de marocains, on pourrait dire que le Maroc est un pays de cardiaques.

La société marocaine a tendance à s'occidentaliser. On bouge moins et on mange plus. Le poids moyen des marocains a augmenté durant cette dernière décennie. L'invasion de l'alimentation rapide en est un facteur déterminant. L'obésité ne touche pas uniquement les adultes, mais aussi les enfants. Cette obésité est d'autant plus menaçante qu'elle expose le futur adulte au diabète et aux complications cardiovasculaires.

Le tabagisme, le diabète, la sédentarité, l'obésité, le cholestérol et l'hérédité sont donc les véritables ennemis du coeur car ils entraînent le vieillissement artériel et favorisent le dépôt de graisse sur les vaisseaux.

Les soins en cardiologie coûtent très cher. A titre d'exemple, une coronarographie coûte 8.000DH, une dilatation d'une artère coronaire 32.000 DH, une intervention de pontage coronaire 90 à 100.000 DH. Le remplacement des valves cardiaques de 80.000 à 100.000 DH. Le problème est que seuls 15% de la population sont couverts par la sécurité sociale. Avec l'Assurance Maladie Obligatoire (AMO), ce chiffre pourrait atteindre 30%.

Nous manquons de moyens humains et matériels. Au Maroc, il y a seize cardiologues pour un million d'habitants contre cent quarante pour un million d'habitants en France. Il faudrait aussi savoir qu'aujourd'hui dix mille personnes attendent d'être opérées. La mauvaise répartition des unités de soins est également à déplorer. Les centres de référence de soins médicaux chirurgicaux sont

concentrés dans l'axe Casablanca - Rabat.

La prévention constitue la pierre angulaire pour lutter contre cette maladie. Il faut adopter un mode de vie plus sain en pratiquant davantage des activités physiques, en supprimant le tabac, en veillant à une alimentation équilibrée et au contrôle du poids. Une bonne hygiène de vie permet de diminuer les risques d'attaques cardiaques ou cérébrales.

Des études récentes démontrent une amélioration significative de la santé en six semaines seulement.

Une véritable politique de santé s'impose. Cette politique devrait être basée sur l'information du grand public. L'activité physique régulière comme la marche 30 minutes par jour est très bénéfique pour le coeur et les vaisseaux. Une alimentation comprenant cinq légumes et fruits est la base de la protection cardiovasculaire. Il faudrait nous mobiliser tous contre le tabac, principal facteur de risque cardiovasculaire.

Menara