



09.09.2024 - 09:20 Uhr

## **En cas de maladie de coeur, les problèmes psychiques sont fréquents. Une nouvelle brochure vient à la rescousse**

Berne (ots) -

**Après un infarctus du myocarde ou un autre accident cardiaque, la confiance de la victime en son corps est souvent ébranlée. De nombreuses personnes touchées font l'expérience d'angoisses, de dépressions, de stress marqué ou de troubles du sommeil. Une nouvelle brochure de la Fondation Suisse de Cardiologie indique des pistes pour retrouver confiance en la vie.**

Un infarctus du myocarde, un arrêt cardio-circulatoire auquel on a survécu ou une grosse opération du cœur peuvent ébranler tout à coup le sentiment de sécurité, car ces événements portent atteinte à l'intégrité physique de la personne. "Pour les patientes et patients ainsi que pour leurs proches, la charge psychique que cela représente est souvent lourde", dit la docteure Mary Princip, privatdocteur et psychocardiologue à l'Hôpital universitaire de Zurich. Entre 20 et 40% des personnes touchées par un tel événement souffrent ensuite de troubles psychiques. Les plus fréquents sont les troubles du sommeil, les angoisses ou soucis excessifs, les états dépressifs et un stress marqué. "Ces troubles portent non seulement atteinte à la qualité de vie, mais aussi au pronostic de la maladie de cœur", explique Mary Princip. Les interactions entre troubles psychiques et maladies de cœur sont entre-temps bien étudiées.

### **Une brochure aborde les problèmes psychiques**

Après un accident, la santé psychique est un élément important du processus de guérison. Les personnes touchées doivent apprendre à intégrer la maladie dans leur vie actuelle et future. La nouvelle brochure "Cœur et psychisme" de la Fondation Suisse de Cardiologie, réalisée en coopération avec Mary Princip et la Société Suisse de Cardiologie, apporte un soutien. Elle présente la thématique aux personnes touchées et à leurs proches et aide à reprendre confiance en son cœur. Cela peut aussi être le premier pas vers une thérapie psychocardiologique. "Le plus souvent, nous parvenons bien à traiter les troubles psychiques liés à une maladie de cœur", confirme Mary Princip. La thérapie améliore non seulement le bien-être, mais a aussi un effet positif direct sur la santé cardiaque, souligne-t-elle.

### **Disponible gratuitement en trois langues**

La brochure de 32 pages "Cœur et psychisme - Plus de bien-être en cas de maladie de cœur" est destinée aux personnes atteintes d'une maladie de cœur et à leurs proches. Elle contient des informations de base ainsi que de nombreux conseils et exercices. La brochure est disponible gratuitement en français, allemand et italien sur commande auprès de la Fondation Suisse de Cardiologie: [www.swissheart.ch/leshop](http://www.swissheart.ch/leshop)

### **Remarque à l'intention des journalistes**

Des visuels et le texte sont disponibles sous [www.swissheart.ch/medias](http://www.swissheart.ch/medias)

Contact:

Peter Ferloni  
Responsable communication  
Dufourstrasse 30  
Case postale, 3000 Berne 14  
Téléphone 031 388 80 85  
ferloni@swissheart.ch