

L'accident vasculaire cérébral – Facteurs de risques

Lausanne, le 9 octobre 2017 – La Journée Mondiale de l'AVC aura lieu le 29 octobre 2017. **En Suisse, environ 16 000 personnes sont chaque année victimes d'un accident vasculaire cérébral (AVC), appelé aussi attaque cérébrale. Interview du Docteur Rolf Frischknecht, médecin agréé du CHUV (service de neuropsychologie et de neuro-réhabilitation) et membre du comité de FRAGILE Suisse.**

Docteur Frischknecht, en Suisse, quelle population est la plus concernée par l'Accident Vasculaire Cérébral (AVC) ?

L'AVC concerne avant tout les personnes âgées puisque 78% surviennent chez des personnes de plus de 65 ans. Au-delà, le risque de subir un AVC double tous les 10 ans. Les jeunes sont aussi concernés, car 22% des AVC se produisent avant l'âge de 65 ans. Même si la Suisse est privilégiée en nombre d'AVC par année et mortalité liée, l'AVC reste la 3^{ème} cause de décès après les maladies cardiovasculaires et le cancer. Sur le plan économique 4 % des dépenses de santé y sont liées.

À quels facteurs doit-on être attentif afin de réduire le risque d'AVC ?

Il faut être attentif à sa santé, sa nutrition et son style de vie. L'âge, le sexe et une disposition familiale ne sont pas modifiables. En revanche, l'hypertension artérielle non traitée, certaines arythmies cardiaques, le diabète, la contraception orale, l'excès de cholestérol et de lipides dans le sang, la sédentarité et la surcharge pondérale, la consommation de tabac et d'alcool et l'exposition au stress sont des facteurs de risque accessibles à la prévention. D'autres causes d'AVC requièrent généralement une prévention médicamenteuse ou chirurgicale (anomalies de la coagulation, malformations au niveau de cœur, de l'aorte, des artères cérébrales du réseau capillaire cérébral et des veines cérébrales).

FRAGILE Suisse propose des groupes de parole aux personnes cérébro-lésées et à leurs proches. Quel est votre avis sur cette démarche ?

Les groupes de parole permettent aux personnes cérébro-lésées de réaliser qu'elles ne sont pas seules et de rencontrer d'autres personnes vivant la même situation. Dans le cadre de cette communauté de destin solidaire naît un soutien mutuel et un partage de leurs stratégies pour surmonter les difficultés. Elles peuvent discuter sans souci et librement et n'ont pas besoin de justifier ou d'expliquer longuement la nature de leurs handicaps.

Les groupes de parole des proches permettent à ceux-ci de s'entraider dans les moments difficiles et de partager astuces et stratégies pour soutenir et aider les personnes cérébro-lésées. Ils permettent aux proches de mieux cerner les conséquences d'une lésion cérébrale, notamment en cas de changements de personnalité et de comportement. Il n'est pas rare que les échanges au sein du groupe permettent aux animateurs de détecter de potentielles situations problématiques et de les désamorcer avant qu'elles n'empirent.

Contact :

Sophie Correvon

Responsable communication pour la Suisse romande

E-mail: [correvon\(at\)fragile.ch](mailto:correvon(at)fragile.ch)

Tél: 021 329 02 73 / 078 883 24 38

Sur demande, le Dr Rolf Frischknecht, neurologue et membre du comité de FRAGILE Suisse, ainsi que Mme Sonia Freda Tschumy, personne cérébro-lésée, se tiennent à disposition de la presse.

Informations utiles pour votre article :

Sonia Freda Tschumy, personne concernée et habituée des groupes de parole

Sonia Freda Tschumy a été victime d'un AVC à l'âge de 38 ans. Elle était alors éducatrice spécialisée dans un foyer pour adolescents en difficulté. Les groupes de parole de FRAGILE Suisse l'aident à se sentir comprise et encouragée, à partager sur les séquelles de son AVC et à aller de l'avant.

FRAGILE Suisse soutient les personnes cérébro-lésées

L'association FRAGILE Suisse et ses 10 associations régionales s'engagent dans toute la Suisse en faveur des personnes cérébro-lésées et de leurs proches. Elles leur offrent une aide directe et un accompagnement dans la durée : un service gratuit d'aide et de conseil par téléphone (Helpline 0800 256 256), des groupes d'écoute et de parole, des cours et des formations continues ainsi qu'un accompagnement à domicile qui permet aux personnes cérébro-lésées de vivre chez elles plutôt que dans un EMS. FRAGILE Suisse mène en outre des activités de relations publiques pour défendre les intérêts des personnes cérébro-lésées et de leurs proches.

FRAGILE Suisse finance la majeure partie de ses prestations au moyen de dons ; elle est reconnue d'utilité publique par la Fondation Zewo.

www.fragile.ch

FRAGILE Suisse aux Hôpitaux universitaires de Genève

FRAGILE Suisse vous donne rendez-vous le **17 octobre** aux [Hôpitaux universitaires de Genève \(HUG\)](#) pour la **Journée mondiale de l'AVC**.

FRAGILE Suisse et FRAGILE Genève seront présentes toute la journée. Retrouvez notre stand dans l'entrée principale de l'hôpital.

<http://www.fragile.ch/fr/communication/journee-avc-geneve/>

www.hug-ge.ch/avc