

# Quelles sont les causes de l'athérosclérose ?

Il existe plusieurs **facteurs de risque de l'athérosclérose**. Il s'agit notamment des prédispositions génétiques, du tabagisme, de l'obésité, du manque d'exercice physique, d'une mauvaise alimentation, de l'hypercholestérolémie, de l'hypertension artérielle et du diabète.<sup>1</sup>

Certains de ces paramètres échappent à notre contrôle et ne peuvent être traités. Il s'agit, par exemple, de l'appartenance ethnique, des antécédents familiaux ou du bagage génétique d'une personne. D'autres facteurs, en revanche, sont contrôlables.

L'arrêt du tabac et l'adoption d'un mode de vie plus actif accompagné d'une alimentation saine et d'une consommation réduite d'alcool, par exemple, peuvent réduire le risque d'athérosclérose. Il en va de même pour l'excès de cholestérol ou l'hypertension artérielle.

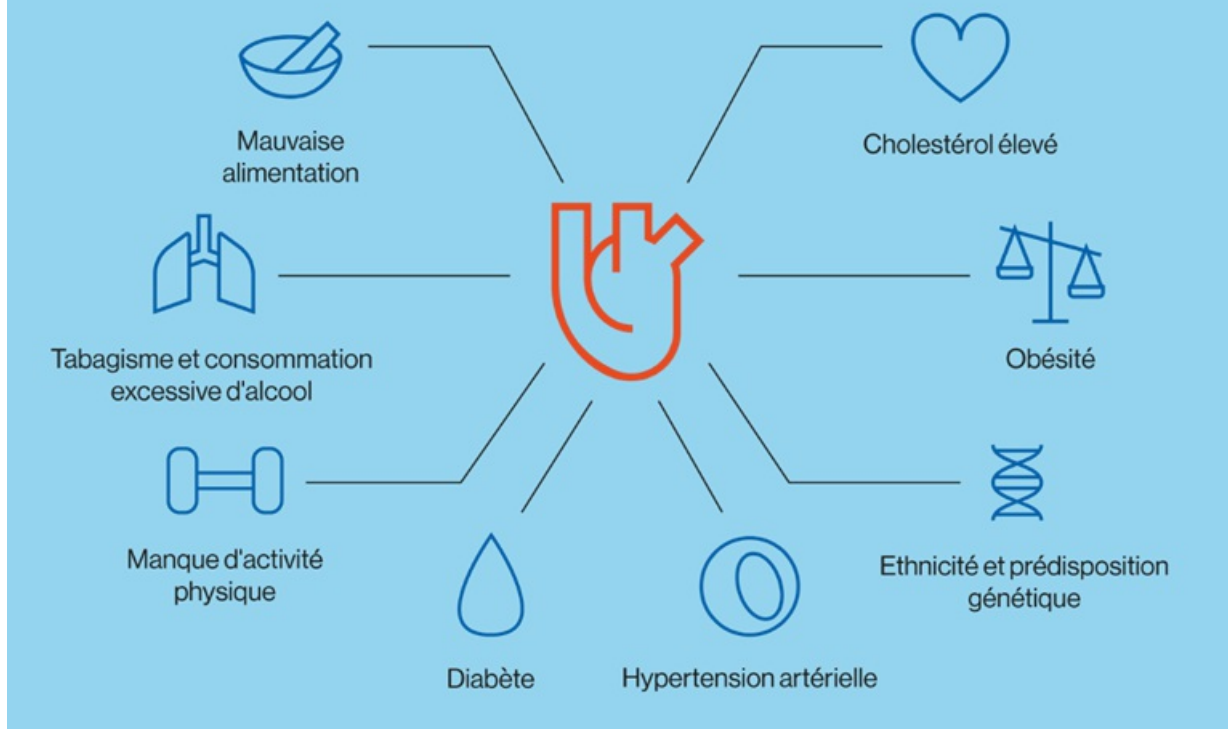
## **L'excès de cholestérol LDL est la principale cause d'athérosclérose**

Il est particulièrement important de faire attention à l'excès de mauvais cholestérol. En effet, bien que l'athérosclérose soit souvent causée par une combinaison de différents facteurs, un **taux élevé de LDL-C** est l'unique facteur de risque pouvant provoquer à lui seul le développement de l'athérosclérose.<sup>2</sup>

La moitié de la population belge a un taux de cholestérol LDL trop élevé.<sup>3</sup> Des contrôles réguliers de la tension artérielle et du cholestérol chez le médecin généraliste sont donc très importants. Pour les hommes, le premier test de cholestérol est conseillé à l'âge de 35 ans et pour les femmes à l'âge de 45 ans.<sup>4</sup> Les personnes qui prennent des médicaments pour abaisser leur taux de cholestérol devraient le faire analyser tous les ans afin d'évaluer si leur taux est sous contrôle<sup>6</sup>.

En outre, il est également conseillé de contrôler sa tension artérielle tous les deux ans.<sup>5</sup>

## FACTEURS DE RISQUE CONTRIBUANT À L'ATHÉROSCLÉROSE



### Moins de risques : qu'est-ce qu'un bon taux de cholestérol ?

Ce qui constitue un taux de cholestérol "normal" ou "bon" varie d'une personne à l'autre et est influencé par la présence éventuelle de facteurs de risque tels que le diabète, l'hypertension artérielle ou les maladies rénales. En outre, le fait d'avoir déjà été victime d'une attaque cardiovasculaire telle qu'une crise cardiaque ou un AVC joue également un rôle.

Les médecins déterminent le taux de cholestérol recommandé au cas par cas pour chaque patient. Il est donc préférable de **contacter son médecin généraliste** pour connaître son taux recommandé.

Dans certains cas, il ne suffit pas de modifier son mode de vie pour atteindre les taux de cholestérol recommandés. Lorsque le **taux de LDL-C** est trop élevé, il est parfois nécessaire de prendre des médicaments.<sup>7</sup> Il est important de noter que les médicaments ne remplacent pas un mode de vie sain, mais sont complémentaires à la pratique d'exercice physique et d'une alimentation équilibrée.

Les médecins peuvent prescrire **différents traitements** pour réduire le taux de LDL-C. C'est à eux de définir le bon médicament pour chaque patient. Des changements positifs dans le mode de vie et un traitement médical approprié ralentissent la progression de la calcification des artères.<sup>8</sup> Ces mesures permettent de réduire le risque d'accident vasculaire cérébral et d'infarctus du myocarde.

### Références

1. Organisation mondiale de la Santé (OMS). Maladies cardiovasculaires. Disponible sur [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds)). [Consulté en septembre 2022]

2. ESC Guidelines (2021)
3. Sciensano
4. Tests de cholestérol et résultats. MedlinePlus-website. Disponible sur <https://medlineplus.gov/ency/patientinstructions/000386.htm>. [Consulté en août 2021].
5. Dépistages de santé pour les hommes âgés de 40 à 64 ans. MedlinePlus-website. Disponible sur <https://medlineplus.gov/ency/article/007465.htm>. [Laatst toegankelijk in september 2021].
6. Effectuer un test de cholestérol. Heart UK. Disponible sur <https://www.heartuk.org.uk/cholesterol/getting-a-cholesterol-test>. [Consulté en septembre 2021].
7. Mach F, Baigent C, Catapano AL, et al. ESC Scientific Document Group. 2019 ESC/EAS Guidelines for the management of dyslipidemias: lipid modification to reduce cardiovascular risk. Eur Heart J. 2020;41(1):111-188.
8. Lansberg P, Lee A, Lee ZV, Subramaniam K, Setia S. Nonadherence to statins: individualized intervention strategies outside the pill box. Vasc Health Risk Manag. 2018;14:91-102

BE2307250657

---

**Source URL:** <https://www.novartis.com/be-fr/patients-et-aidants/domaines-therapeutiques/maladies-cardiovasculaires/latherosclerose/quelles-sont-les-causes-de-latherosclerose>

#### **List of links present in page**

1. <https://www.novartis.com/be-fr/patients-et-aidants/domaines-therapeutiques/maladies-cardiovasculaires/latherosclerose/quelles-sont-les-causes-de-latherosclerose>
2. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases>
3. <https://medlineplus.gov/ency/patientinstructions/000386.htm>
4. <https://medlineplus.gov/ency/article/007465.htm>
5. <https://www.heartuk.org.uk/cholesterol/getting-a-cholesterol-test>