



1982

Coup de foudre



2006

Foudroyé



En France, **1 décès sur 3** est lié à une maladie cardiovasculaire⁽¹⁾.

1 sur 3 : ça peut être vous, votre conjoint ou votre meilleur ami.

Vous avez plus de 40 ans ? Pour savoir si vous devez consulter votre médecin traitant afin d'évaluer votre niveau de risque cardiovasculaire, faites dès maintenant le test ci-dessous :

CONSULT-QUIZ-CARDIO		OUI		NON	
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Vous fumez (ou avez arrêté de fumer depuis moins de 3 ans).		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Un membre de votre famille a eu une attaque cérébrale avant 45 ans.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Il est survenu une crise cardiaque ou une mort subite chez votre père ou votre frère avant 55 ans ou chez votre mère ou votre sœur avant 65 ans.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Le résultat du calcul suivant est supérieur à 30.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> $\frac{\text{votre poids (en kg)}}{\text{votre taille} \times \text{votre taille (en m)}}$ </div>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Ex: vous pesez 95 kg et mesurez 1m72:</i> $\frac{95}{1,72 \times 1,72} = 32$		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Sédentarité : vous faites moins de 3 fois 30 minutes d'exercice physique par semaine.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1 seul "OUI" doit déjà vous alerter.

La crise cardiaque ou l'attaque cérébrale ne préviennent pas toujours. Mais elles ne frappent pas non plus au hasard.

Consultez votre médecin traitant, avant qu'il ne soit trop tard.

1. Programme national de réduction des risques cardiovasculaires 2002-2005. Ministère délégué à la santé. 2002.

Mon ♥ bat pour moi
je me bats pour lui!

