

# Les règles d'or dans l'Insuffisance Cardiaque :

- Se peser régulièrement (tous les jours dans les formes les plus évoluées, deux fois par semaine dans les formes bien compensées) : une prise de poids supérieure à deux kilos en quelques jours doit motiver une consultation auprès de son médecin généraliste.
- Reconnaître les signes prémonitoires d'une décompensation cardiaque :
  - Aggravation de l'essoufflement.
  - Accentuation de la fatigabilité.
  - Apparition :- d'œdèmes des membres inférieurs,  
- d'un gonflement de l'abdomen.
- Respecter scrupuleusement le régime sans sel.
- Prendre ses médicaments tous les jours, en respectant les horaires, à la dose recommandée par le médecin généraliste.
- Connaître les effets secondaires des médicaments.

