



La Semaine du rythme cardiaque est une initiative de l'Association belge des cardiologues et rythmologues (BeHRA).

## Êtes-vous à risque de fibrillation auriculaire ?

La fibrillation auriculaire (FA) est le trouble du rythme cardiaque le plus fréquent. Au-delà de 40 ans, une personne sur quatre présentera un jour une FA. D'où l'importance de poser le diagnostic à temps, car sans traitement approprié, la FA augmente le risque de développer une thrombose ou un accident vasculaire cérébral (AVC).

Lors de la Semaine du rythme cardiaque, de nombreux hôpitaux proposeront un dépistage gratuit. (Rens.: [www.monrythmecardiaque.be](http://www.monrythmecardiaque.be))

Le rythme cardiaque normal est régulier et se situe, selon la personne, entre 50 et 100 battements par minute. C'est en prenant le pouls qu'on peut contrôler la vitesse de son rythme cardiaque. La FA se manifeste lorsque l'activité électrique devient irrégulière et cause des contractions rapides et désordonnées des oreillettes. Ces contractions anormales des oreillettes peuvent causer le pompage inefficace du sang dans tout le corps.

En Belgique, on estime à 150 000 le nombre de patients atteints de fibrillation auriculaire, un chif-

fre qui doublera d'ici à 2050. Au niveau mondial, on observe une hausse de 60% du nombre d'hospitalisations dues à ce trouble du rythme cardiaque.

### Les facteurs de risques

Si tout le monde est susceptible de développer une fibrillation auriculaire, certains facteurs de risques peuvent en favoriser l'apparition.

À savoir: être âgé de plus de 40 ans, avoir une tension artérielle élevée ou prendre des médicaments pour contrôler sa tension, être diabétique, avoir déjà été sujet à une thrombose ou à un accident vasculaire cérébral (AVC), avoir fait un infarctus ou souffrir d'une insuffisance cardiaque, faire des apnées du sommeil, avoir une surcharge pondérale, souffrir d'hyperthyroïdie, avoir une consommation excessive d'alcool, faire du sport d'endurance, présenter des antécédents familiaux de fibrillation auriculaire. Dans chacun de ces cas, participer à la Semaine du rythme cardiaque pourrait s'avérer utile.

L. D.

## EN BREF

### Californie

#### Restrictions d'eau sans précédent

Des restrictions d'eau sans précédent sont entrées en vigueur mercredi dans la région de Los Angeles qui, comme la quasi-totalité de la Californie, est en proie à une sécheresse sévère pour la troisième année consécutive. Ces mesures limitent notamment l'arrosage à une journée par semaine et uniquement aux heures les plus fraîches, sous peine d'amende et de réduction du débit. Le district concerné, qui englobe 19 millions d'habitants, dépend pour son approvisionnement de ressources situées à des centaines de kilomètres de là. Celles-ci sont fortement affectées par une sécheresse chronique aggravée par le changement climatique. (AFP)

### Sobriété

#### Les Belges appelés à consommer l'eau avec parcimonie

À l'approche de la Journée mondiale de l'environnement du 5 juin, une gigantesque goutte d'eau gonflable a été installée jeudi à côté du lac de la Plate Taille à Froidchapelle, plus grand lac de Belgique, dans le cadre du lancement de la campagne "Save Water". Cette action vise à conscientiser les Belges à l'importance de réduire leur empreinte hydrique. Densément peuplée, la Belgique consomme plus d'eau que la moyenne et, surtout, trop par rapport à la quantité disponible. Le simple fait de prérinçer la vaisselle sous le robinet avant d'être placée dans le lave-vaisselle revient à gaspiller environ 17,9 milliards de litres d'eau par an, pointent les organisateurs de la campagne.

### Consommation

#### Une liste de naissance écologique est aussi économique

L'arrivée d'un enfant entraîne d'importantes dépenses pour les familles, qu'il s'agisse de meubles, poussette, vêtements... Des économies importantes peuvent toutefois être réalisées en se tournant vers la seconde main, la location de matériel à usage ponctuel ou encore le "do it yourself", souligne l'association Ecoconso. Selon ses calculs, s'équiper de façon écologique peut coûter 74% de moins qu'avec des achats "de marque". Jusqu'à la fin 2022, l'association partagera des astuces pour faciliter l'écoconsommation en famille dans le cadre de sa campagne "Génération écoconso".

## UN ENFER POUR LES TOURISTES

### « A LA TOUR EIFFEL » : LE REPORTAGE QUI FAIT PEUR

**En couverture** : Les 70 ans de règne d'Elizabeth II • **Paris Match Belgique vous en dit plus** : L'usage du GSM chez les enfants :

c'est grave, docteur ? • **Enquête** : Les dessous du chaos au Stade de France • **Reportage** : Fusillade au Texas : sauve qui peut,

l'Amérique ! • **Révélation** : La chute du roi de l'assurance-vice • **Avant-première** : L'incroyable show d'Abba à Londres

**Confidences choc** : Michel Sardou ne fait plus confiance à la politique • **Interview** : Stéphane De Groodt en pilote automobile

LE MONDE CHANGE, AYEZ LE RÉFLEXE PARIS MATCH !



Et tous vos programmes télé en un coup d'oeil

Paris Match, en vente chez votre libraire

