

# Passeport du patient



Imprimé en octobre 2025  
©2025. Fondation HeartLife

[heartlife.com](http://heartlife.com)

SUIVEZ-NOUS

Facebook: /HeartLifeFoundation  
Instagram: @HeartLifeFoundation  
LinkedIn: HeartLife Foundation  
TikTok: heartlifefoundation

Un outil simple pour vous aider à prendre  
votre santé en main et à suivre plusieurs  
pathologies à la fois.





# Informations générales

NOM :

SPÉCIALISTE :

MÉDECIN DE FAMILLE :

PHARMACIEN :

PSYCHOLOGUE :



# Informations générales

AIDANT

JE VIS AVEC :

(par exemple, insuffisance cardiaque)

ET:

(par exemple, cancer)

ANTÉCÉDENTS FAMILIAUX :



# Buts et objectifs personnels

(par exemple, 20 minutes de marche dans le parc et/ou autour de la piste, jouer ou marcher avec ses petits-enfants...)

**Suivez les changements,  
pas la perfection.**

**Chaque  
petit pas  
compte !**



# Informations sur la santé



## TENSION ARTÉRIELLE

Ma tension artérielle normale se situe entre

..... / ..... et  
..... / ..... mmHg

Si votre tension artérielle est constamment

supérieure à .....  
ou inférieure à ..... mmHg\*,

si vous avez des maux de tête, si vous vous sentez étourdi ou si vous vous évanouissez, parlez-en à votre médecin ou à votre infirmière.



## RYTHME CARDIAQUE

Ma fréquence cardiaque normale se situe entre

..... et  
..... battements/min

Si votre tension artérielle est constamment

supérieure à .....  
ou inférieure à ..... battements/min,

si vous avez des maux de tête, si vous vous sentez étourdi ou si vous vous évanouissez, parlez-en à votre médecin ou à votre infirmière.



# Informations sur la santé



## POIDS

Mon poids normal se situe entre

..... / ..... et  
..... / ..... livres

Si votre poids augmente de plus de

..... livres\* en un jour ou  
..... livres\* en une semaine,

contactez votre médecin.



GROUPE SANGUIN :

FRACTION D'ÉJECTION :

DATE DE MA DERNIÈRE  
ÉCHOGRAPHIE :

PLAGE DE L'INR :



# Mes médicaments



EN QUOI CELA  
M'AIDE-T-IL ?

QUE DEVRAIS-JE  
SURVEILLER ?

(exemple : effets secondaires possibles)

# Informations sur la santé

## INFORMATIONS SUR LES CLINIQUES:

(Exemple : Clinique de cardiologie)

## GROUPES DE SOUTIEN / COMMUNAUTÉS:

(Exemple : Fondation Heartlife/Groupe Facebook Heartlife)

## RESSOURCES:

(exemple: Site web de Heartlife)

## SOUTIEN AUX SOIGNANTS:

(exemple: Groupe Facebook Heartlife)

## Autres informations médicales diagnostiques



CHIRURGIES:

EXAMENS MÉDICAUX:

RADIOS :

Veillez joindre les radiographies ou les documents d'imagerie médicale

ANALYSES SANGUINES :

Veillez joindre les résultats des analyses sanguines

Je vis également avec...

# Informations sur la santé

JE VIS ÉGALEMENT AVEC :

INFORMATIONS SUR LE SPÉCIALISTE :

INFORMATIONS DE BASE :

INSÉRER ICI :  
(par exemple, glycémie,  
A1c, LDL)

INSÉRER ICI ::  
(par exemple, glycémie,  
A1c, LDL)

INSÉRER ICI :  
(par exemple, glycémie,  
A1c, LDL)

## Je vis également avec...

**IMPORTANT POUR CET ÉTAT DE SANTÉ :**

Demandez à votre médecin



## Mes médicaments



EN QUOI CELA  
M'AIDE-T-IL?

QUE DEVRAIS-JE  
SURVEILLER ?

(exemple : effets secondaires possibles)

# Informations sur la santé

## INFORMATIONS SUR LES CLINIQUES :

(Exemple : Clinique de cardiologie)

## GROUPES DE SOUTIEN / COMMUNAUTÉS :

(Exemple : Fondation Heartlife/Groupe Facebook Heartlife)

## RESSOURCES :

(exemple: Site web de Heartlife )

## SOUTIEN AUX SOIGNANTS :

(exemple: Groupe Facebook Heartlife)



CHIRURGIES:

EXAMENS MÉDICAUX:

RADIOS :

Veillez joindre les radiographies ou les documents d'imagerie médicale

ANALYSES SANGUINES :

Veillez joindre les résultats des analyses sanguines

# Liste des vaccinations

## POURQUOI LES VACCINS SONT-ILS IMPORTANTS POUR LES PATIENTS SOUFFRANT DE MALADIES CARDIOVASCULAIRES ?

Si vous souffrez d'une maladie cardiaque, votre système immunitaire peut être affaibli, et les infections peuvent entraîner de graves complications. Les vaccins contribuent à vous protéger contre des maladies évitables, à réduire le risque de complications graves et à préserver la santé de votre coeur.

Suivez votre état de santé



# Suivi quotidien



Conservez ce tableau de suivi à un endroit où vous pourrez l'utiliser quotidiennement. Vous pouvez également le découper ou en faire des copies afin d'en avoir plusieurs à disposition.

DATE:

FRÉQUENCE CARDIAQUE :

PRESSION ARTÉRIELLE :

POIDS :

DATE:

FRÉQUENCE CARDIAQUE :

PRESSION ARTÉRIELLE :

POIDS :

DATE:

FRÉQUENCE CARDIAQUE :

PRESSION ARTÉRIELLE :

POIDS :

DATE:

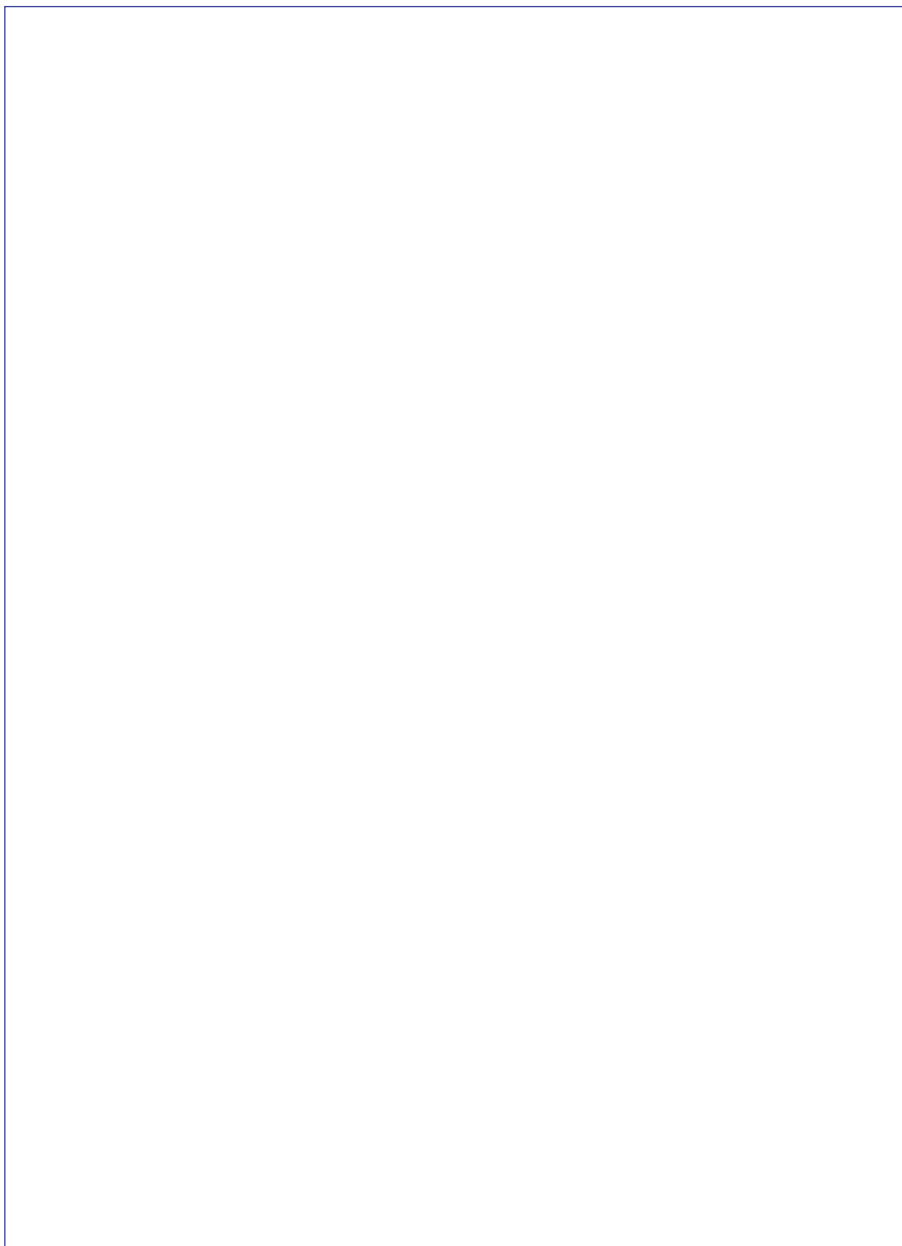
FRÉQUENCE CARDIAQUE :

PRESSION ARTÉRIELLE :

POIDS :



# Notes

A large, empty rectangular box with a thin blue border, intended for the user to write their notes. It occupies the central portion of the page.

# Glossaire

## ARM

Réduisent la rétention d'eau et la fibrose cardiaque

## ARNI/IECA/ARA

Réduisent la pression sur le coeur, préviennent la progression

## Arythmie

Un rythme cardiaque irrégulier, qui peut être un symptôme ou une complication de l'insuffisance cardiaque.

## Bêta-bloquants

Ralentissent le rythme cardiaque, protègent contre les hormones de stress

## BNP (peptide natriurétique de type B) et NT-proBNP

Biomarqueurs utilisés pour diagnostiquer et surveiller l'insuffisance cardiaque. Des taux plus élevés indiquent un stress cardiaque ou une surcharge liquidienne.

## Cardiomyopathie

Maladie du muscle cardiaque qui rend plus difficile le pompage du sang par le coeur.

## Classification NYHA :

Système utilisé pour classer la gravité des symptômes de l'insuffisance cardiaque, allant de la classe I (aucun symptôme) à la classe IV (symptômes graves).

## Diurétiques

Médicaments qui aident à éliminer l'excès de liquide de l'organisme afin de réduire les symptômes tels que l'enflure et l'essoufflement.

## Dyspnée

Difficulté à respirer ou essoufflement, symptôme courant de l'insuffisance cardiaque.

## Dysfonctionnement diastolique

Lorsque les cavités inférieures du coeur ne peuvent pas se détendre correctement, le coeur a du mal à se remplir de sang.

## Dysfonctionnement systolique

Lorsque les cavités inférieures du coeur ne peuvent pas se contracter assez fortement, ce qui affecte la capacité du coeur à pomper le sang.

## Fraction d'éjection :

Mesure de la quantité de sang que le ventricule gauche expulse à chaque contraction.

## Inhibiteurs de l'ECA et bêtabloquants

Médicaments couramment utilisés pour traiter l'insuffisance cardiaque.

## Inhibiteurs du SGLT2

Améliorent la fonction cardiaque et rénale, réduisent les hospitalisations

## Insuffisance cardiaque :

Une condition dans laquelle le coeur ne peut pas pomper le sang assez efficacement pour répondre aux besoins de l'organisme.

## Insuffisance cardiaque congestive (ICC)

Une condition dans laquelle le coeur ne peut pas pomper le sang assez efficacement pour répondre aux besoins de l'organisme.

## Insuffisance cardiaque gauche ou droite :

Côté gauche : Affecte la capacité du coeur à pomper le sang vers le corps, provoquant souvent une accumulation de liquide dans les poumons.

Côté droit : Entraîne une rétention d'eau dans les jambes, l'abdomen et d'autres tissus en raison d'une stagnation du sang dans le système veineux.

## Œdème

Gonflement causé par une accumulation de liquide, souvent dans les jambes, les chevilles ou les pieds.

## Traitement médical guidé par les recommandations

Les quatre traitements médicaux guidés par les recommandations (GDMT) pour l'insuffisance cardiaque avec fraction d'éjection réduite (ICFER) sont les traitements de base recommandés par les principales directives en cardiologie.

FONDATION **HeartLife**

[heartlife.com](http://heartlife.com)