

Adolescence

Même si votre enfant est en pleine forme, sa santé nécessite toujours une attention particulière. Le rythme des consultations pourrait ne plus être annuel, mais le suivi reste essentiel.



Les mêmes recommandations que pendant l'enfance s'appliquent :

- Le sport
- L'hygiène bucco-dentaire
- Le soleil
- Les voyages

N'hésitez pas à vous référer aux fiches correspondantes.

De nouveaux points d'attention apparaissent:

La consultation de transition

Une fois adulte, il est essentiel de poursuivre un suivi régulier auprès d'un cardiologue adulte spécialisé dans les cardiopathies congénitales. Dès l'âge de 16 ans, votre cardiopédiatre peut vous proposer une consultation de transition. Cette étape permet de rencontrer le cardiologue qui prendra le relais du suivi, tout en restant dans un environnement familier et rassurant.

La contraception

La contraception sera à discuter avec le cardiologue et le gynécologue. Certaines pilules contraceptives sont contre indiquées pour les adolescentes cardiaques.

Les boissons énergisantes

En raison de leur effet stimulant sur le cœur, les boissons énergisantes sont déconseillées chez les patients porteurs d'une cardiopathie, en particulier en cas de maladie rythmique ou d'insuffisance cardiaque.

Pour plus d'informations, consultez la fiche « Boissons énergisantes et cardiopathie ».

Le tabac

Le tabac est bien évidemment déconseillé, comme toute autre forme de produit similaire (cigarette électronique, cannabis, ...). Il est important que votre cardiologue soit au courant si vous consommez, afin d'avoir tous les renseignements indispensables à votre bonne prise en charge.

La sexualité

Une vie sexuelle épanouie est tout à fait possible pour les personnes avec une cardiopathie congénitale. Il faut rester conscient qu'un rapport sexuel équivaut à la montée de 2 étages. En général, les patients savent ce qu'ils peuvent faire ou pas.

Tatouage et piercing

À l'adolescence, on aime se démarquer tout en suivant les tendances. Actuellement, les tatouages et piercings restent très populaires, mais pour un ado cardiaque, ils représentent un risque d'endocardite qu'il ne faut pas négliger. Il est donc essentiel d'en parler à son cardiologue avant de franchir le pas.

L'alcool

Une consommation modérée d'alcool est généralement possible, mais certaines cardiopathies ou certains traitements nécessitent une prudence particulière, voire une abstinence.

Pour plus d'informations, consultez la fiche pratique « Alcool et cardiopathie ».