

J'ai été opéré du coeur, Est-ce que je peux faire du sport ?

{niftybox background=orange, textcolor=green,float=left}J'AI ETE OPERE DU COEUR: EST-CE QUE JE PEUX FAIRE DU SPORT ?{/niftybox} L'activité physique fait partie de la vie normale d'un enfant ; elle est enrichissante tant sur le plan physique que sur le plan psychique. Cependant un enfant « opéré du coeur » inquiète souvent l'enseignant d'éducation physique (à quelles activités sportives peut participer cet enfant ?) et le médecin de famille ne sait pas toujours ; il peut signer ton certificat d'aptitude au sport. C'est bien sûr au cardiologue qui te suit qu'il faut poser la question car la réponse dépend du type de malformation cardiaque dont tu as été opéré. En attendant la prochaine consultation, voici quelques « repères » :

Tu as été opéré d'une malformation cardiaque et ton cardiologue considère que tu es guéri : si les contrôles cardiologiques lors de la consultation sont satisfaisants, tous les sports sont autorisés.

- Tu as été opéré d'une malformation cardiaque, tu mènes une vie normale mais ton cardiologue averti qu'il y avait éventuellement un risque de complication à l'exercice. Il est nécessaire de compléter les examens faits lors de la consultation (électrocardiogramme et échocardiographie) par une épreuve d'effort et un enregistrement “holter”. L'épreuve d'effort consiste à marcher puis à courir sur un tapis roulant tout en surveillant l'électrocardiogramme, la tension artérielle, la respiration : cet examen permet de détecter une anomalie du rythme cardiaque ou de la tension artérielle lors de l'effort. L'enregistrement “holter” permet de surveiller le rythme de ton coeur pendant toute une journée et toute une nuit alors que tu mènes ta vie habituelle : cet examen permet surtout de dépister une anomalie du rythme cardiaque. En l'absence d'anomalies tous les sports en dehors de la compétition peuvent être autorisés. Tu as été opéré plusieurs fois d'une malformation cardiaque compliquée. Tes performances à l'effort sont inférieures à celles de tes copains. Comme précédemment, il faut compléter le bilan fait en consultation par une épreuve d'effort et un enregistrement “holter”. Si les résultats sont satisfaisants, tu peux pratiquer des activités sportives à ton rythme et sans forcer. Il est souhaitable de s'orienter vers la pratique d'activités d'endurance. Il est préférable que tes parents rencontrent le professeur de sport pour lui expliquer ta situation afin que tu puisses suivre les cours à ton rythme.

- Tu prends un traitement anticoagulant : il n'y a pas de contre-indication à la pratique d'activités sportives en dehors des sports de combat et de contact (il y a risque d'hémorragie en cas de plaie ou de coup).

- Tu es porteur d'un stimulateur cardiaque : en soi ce n'est pas une contre-indication à la pratique sportive. Cependant, avant de t'inscrire à une activité, demandes à ton cardiologue si tu peux pratiquer ce sport car chaque enfant est un cas particulier. Comme tu peux le constater il est rare d'interdire complètement le sport à un enfant qui a été opéré du coeur. Il y a cependant des contre-indications à connaître et à respecter car dans certaines situations l'activité sportive peut s'avérer dangereuse. Alors avant de t'inscrire dans une activité sportive qui t'intéresse, interroges ton cardiologue !! Docteur Isabelle DURAND