



*Former et Perfectionner
les Agents de Santé*



LES MALADIES NON TRANSMISSIBLES *L1SIOM Semestre 2*



M. BOHOUSSOU KONAN

*Unité pédagogique de
soins infirmiers en Médecine*

INFAS ABIDJAN

Tél: 07967537 / 01410828

INSTITUT NATIONAL DE FORMATION DES AGENTS DE SANTE - INFAS

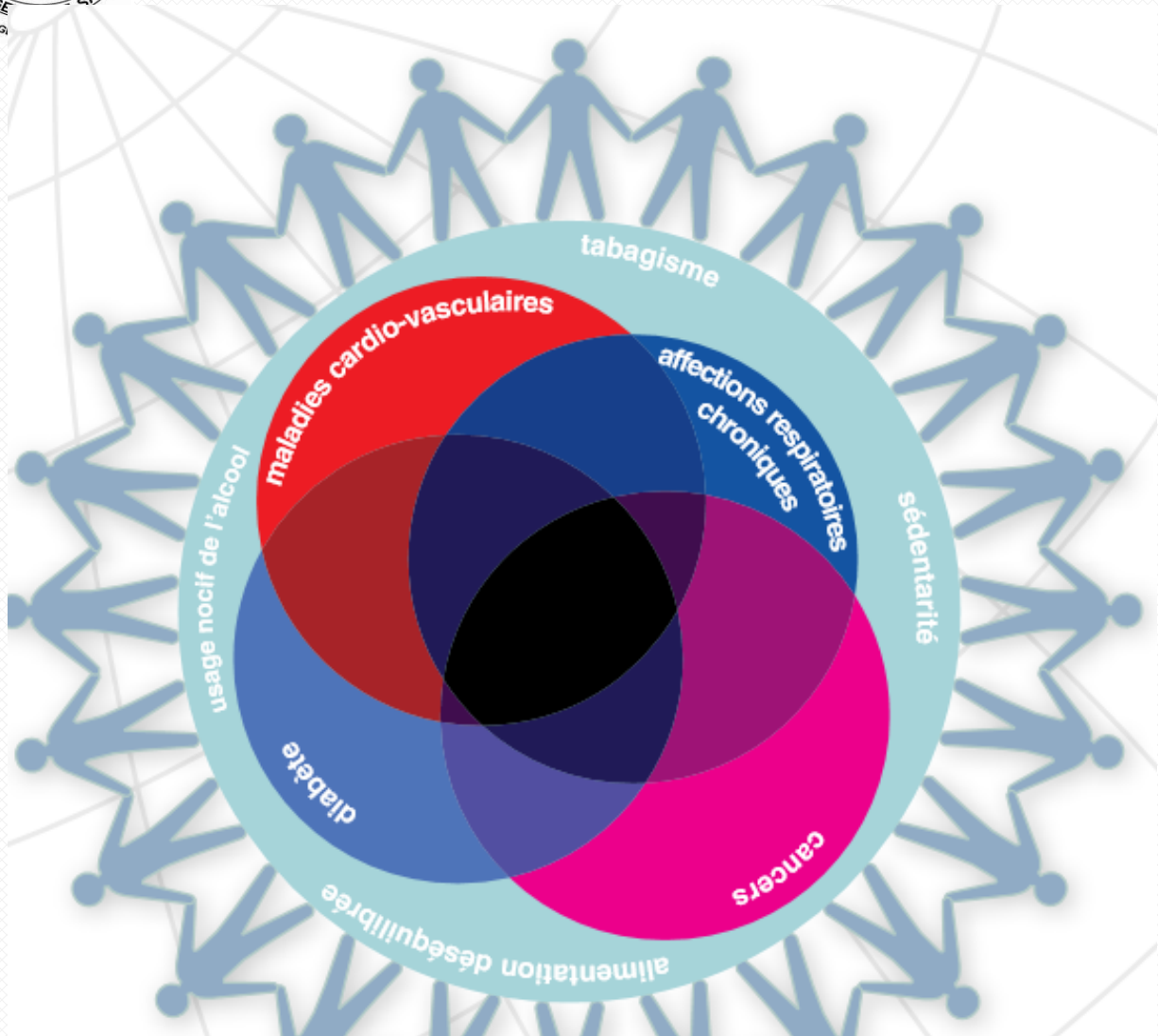
Blvd de Marseille, 18 BP 720 Abidjan 18, Tel.: (225) 21005660 / 21001906 – Email: info@infas.ci – site web: www.infas.ci



GENERALITES

- Charge essentielle de morbidité dans les pays développés.
- Touchent aujourd'hui les PEVD ; dont les systèmes de santé subissent la double charge des affections **transmissibles** et **non transmissibles**.

l'augmentation de la létalité de ces affections suscitent actuellement une inquiétude car ces maladies sont responsables de 2/3 de la mortalité mondiale.



Vers un mode de vie plus saine
Adopter un style de vie

**Conserver les acquis,
encourager les
nouvelles approches**



VISION DE LA STRATÉGIE MNT



« **Plus de personnes** restent en **bonne santé**
ou bénéficient d'une **qualité de vie élevée**
en dépit d'une maladie chronique.»

Moins de personnes souffrent de MNTs évitables ou décèdent prématurément.

« Quel que soit leur statut socio-économique, les personnes sont encouragées à adopter des styles de vie sains dans un **environnement favorable à la santé.** »

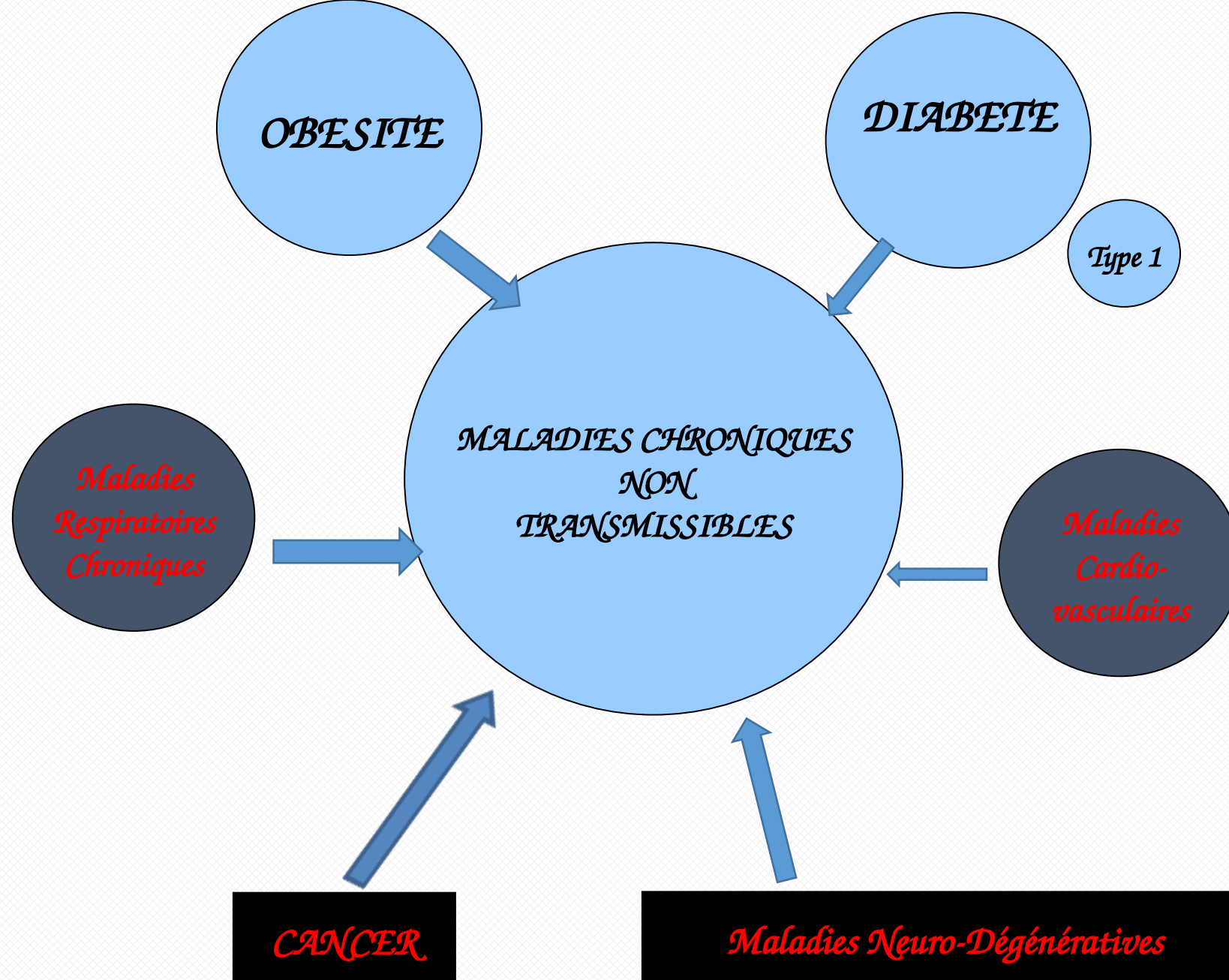
DEFINITION

- Affections non causées par un agent pathogène
- **affections non contagieuses,**
- Affections différentes des maladies infectieuses dites "transmissibles".
- **Affections de longue durée, à évolution lente; d'où leur appellation de maladies chroniques.**

- ❖ En Côte d'Ivoire, l'exposition massive et continue des populations aux facteurs de risque commun, fait craindre une épidémie des MNTs dans les années à venir;
- ❖ Ainsi la Côte d'Ivoire a élaboré et a mis en œuvre une politique multisectorielle, multidisciplinaire et intégrée de prévention et de prise en charge de ces maladies .



PRINCIPAUX TYPES DE MNT





PRINCIPAUX TYPES DE MNT

Quatre principaux types (OMS) :

- 1- les maladies cardiovasculaires (accidents vasculaires cardiaques ou cérébraux)
- 2- le diabète
- 3- les cancers
- 4- les maladies respiratoires chroniques

PRINCIPAUX TYPES DE MNT

- **Ces quatre affections** constituent principalement les problèmes de santé publique pour les pays à revenu élevé.
- Cependant près de **80 % des décès** liés aux MNT surviennent dans des pays à **revenu faible** ou intermédiaire, dans lesquels vit la majeure partie de la population mondiale. OMS(2012)

PRINCIPAUX TYPES DE MNT

A ces quatre affections , il faut ajouter

- L'Hypercholestérolémie,
- les maladies mentales (maladies non-négligeables)

Le patient avec multipathologies : un exemple type



Accidents cardiovasculaires
Diabète
Syndrome métabolique
Hypertension
Phlébite/embolie
Apnées du sommeil

Altération cognitive et problèmes vascul. cérébraux

Problèmes articulaires (arthrose)

Stéatose
Fibrocirrhose

Atteinte hépatique

Cancers

Endomètre
. Seins (x2)
. Colon – Rectum
. Reins

SITUATION DES MNTs EN CÔTE D'IVOIRE

- ❖ En Côte d'Ivoire, l'exposition massive et continue des populations aux facteurs de risque commun, fait craindre une épidémie des MNTs dans les années à venir;
- ❖ Ainsi la Côte d'Ivoire a élaboré et a mis en œuvre une politique multisectorielle, multidisciplinaire et intégrée de prévention et de prise en charge de ces maladies . *(l'enquête STEPS de 2005)*

SITUATION DES MNTs EN CÔTE D'IVOIRE

- 31 % des décès dus aux MNTs (**PNDS(2012-2020)**)
 - Décès liées à la faiblesse du diagnostic et de la PECT.
- prévalences et incidences élevées des cas de MNTs et leurs facteurs de risques avec pour:
 - HTA : 30,9 %,
 - tabagisme : 14,6 %,
 - Diabète : 5,19 % et l'obésité 7,9 %.

SITUATION DES MNTs EN CÔTE D'IVOIRE

- L'élévation de ces prévalences et facteurs de risques élevés, sont le plus souvent liés à une insuffisance des actions préventives et promotionnelles.
- **Maladies Non-Transmissibles constituent un Problème de Santé Publique en Côte d'Ivoire.**

LE DIABÈTE

- **Trouble de l'assimilation, de l'utilisation et du stockage des sucres apportés par l'alimentation.**
- **Cela se traduit par un taux de glucose dans le sang (aussi appelé glycémie) élevé : on parle d'hyperglycémie.**
- **Il est causé par un manque ou un défaut d'utilisation d'une hormone appelée insuline.**

LE DIABÈTE

NB:

- La **glycémie normale** est inférieure à **1,10g/l** à jeun et inférieure à **1,40 g/l** après un repas.

- Le **diabète** est défini par **une glycémie à jeun supérieure à 1,26 g/l** à deux reprises.

LE DIABÈTE

- Deux Types de Diabète:
 - **Type 1 OU DID** (*Plus fréquent chez les enfants, caractérisé par un manque absolu d'insuline*)
 - Type 2 ou DNID** ou ORAL (*chez les adultes caractérisé par une résistance à l'insuline*)

LE DIABÈTE DE TYPE 1, INSULINO-DÉPENDANT (DID)

- Aussi appelé **diabète "maigre"** car l'un des premiers symptômes est l'amaigrissement, ou **diabète "juvénile"** parce qu'il touche des sujets jeunes ;
- Il compte pour environ **10 % des cas** et il est **traité obligatoirement** par l'insuline ;

LE DIABÈTE DE TYPE 2,
NON INSULINO-DÉPENDANT (DNID)

- Aussi décrit sous le nom
de **diabète "gras"** ou **diabète de la maturité**,
puisque'il survient souvent autour de la cinquantaine
chez des personnes en surpoids ;
- Il compte pour environ **90 % des cas** ;

LE DIABÈTE DE TYPE 2,
NON INSULINO-DÉPENDANT (DNID)

- **Le diabète de type 2 est en constante évolution dans le monde.**
- **D'après l'OMS, le nombre de diabétiques de type 2 dans le monde est passé de 108 à 422 millions entre 1980 et 2014.**

LE DIABÈTE DE TYPE 2, NON INSULINO-DÉPENDANT (DNID)

Cette augmentation trouve son origine dans plusieurs phénomènes :

- **La croissance et le vieillissement de la population ;**
- **La hausse de prévalence à des âges déterminés ;**
- **L'interaction des deux facteurs.**

Diabète Type 2 en côte d'ivoire

➔ 19.3% d'adultes âgés de plus de 30 ans
(Environ 110, 000)

➔ 1 Sur 5 personnes sont atteintes

FACTEURS DE RISQUE DU DIABÈTE

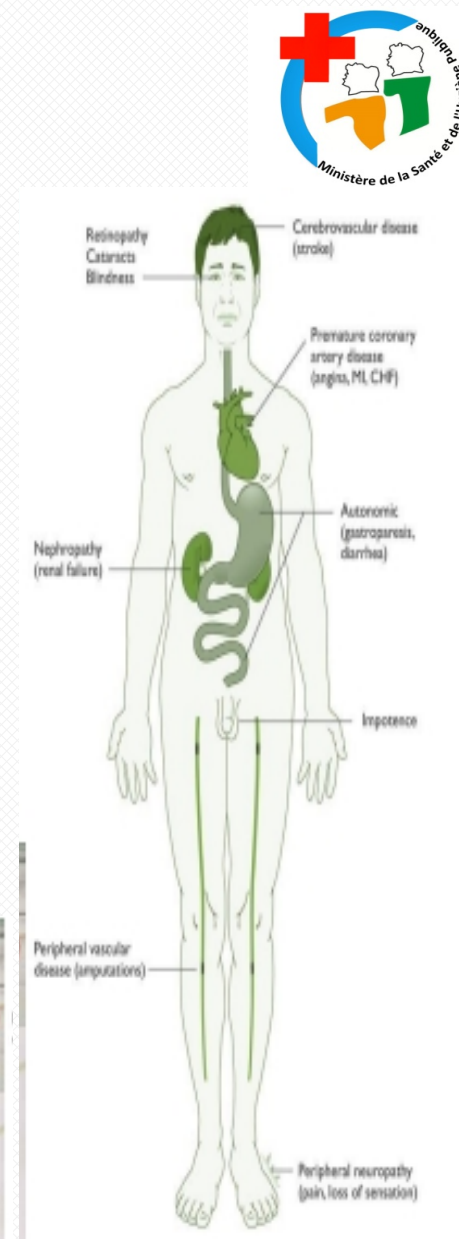
- Une mauvaise habitude alimentaire
- L'excès de poids/ Obésité
- Le manque d'exercice
- L'abus d'alcool
- L'hérédité
- Le stress

SYMPTOMES ET SIGNES DU DIABÈTE

- Une soif et/ou une faim anormales
- Une envie d'uriner plus souvent
- Une soudaine perte de poids
- Une sensation de faiblesse et de fatigue
- Un affaiblissement de la vue
- Des démangeaisons /picotements
- Des blessures difficiles à guérir

COMPLICATIONS DU DIABÈTE

- L'hémiplégie (L'attaque)
- La cataracte et la perte de la vue
- L'hypertension artérielle
- L'insuffisance rénale (l'urée)
- L'insuffisance cardiaque
- L'impuissance sexuelle chez l'homme
- La gangrène des pieds





Gangrène du pied

PRÉVENTION

- Éviter de grossir
- Consommer plus de légumes frais/ des salades
- Éviter les aliments gras et sucrés
- Éviter l'alcool et le tabac
- Faire de l'exercice physique régulièrement
- Gérer le stress

LA TENSION ARTERIELLE

- 1 Les artères sont les vaisseaux sanguins qui conduisent le sang du cœur vers les organes.

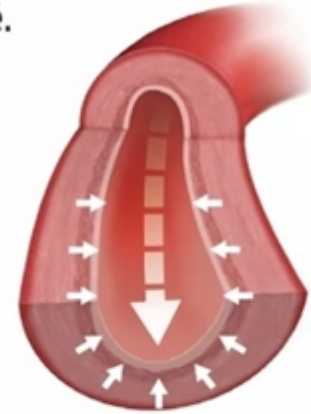


La pression est liée au rythme cardiaque

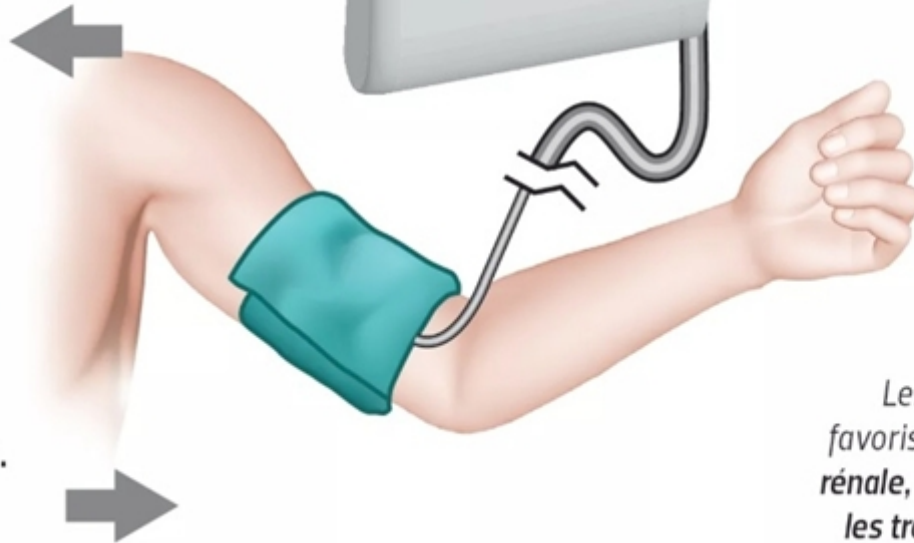
Quand le cœur se contracte, la pression est à son maximum. C'est la **pression systolique**

Quand le cœur se relâche, la pression est alors au plus bas. C'est la **pression diastolique**.

- 3 Si cette pression est trop forte, les artères subissent un vieillissement accéléré.

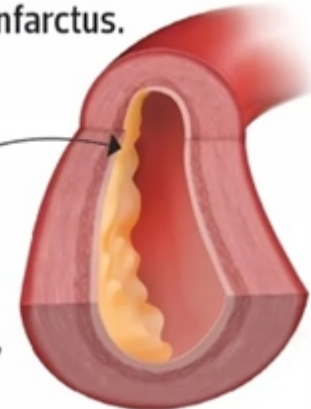


- 2 La tension artérielle correspond à la pression du sang sur la paroi de ces artères.



- 4 L'hypertension accentue le risque d'artères bouchées, donc d'infarctus.

Les artères obstruées favorisent aussi l'**insuffisance rénale**, l'**insuffisance cardiaque**, les troubles de la vision etc.



COMMENT LIRE LES CHIFFRES

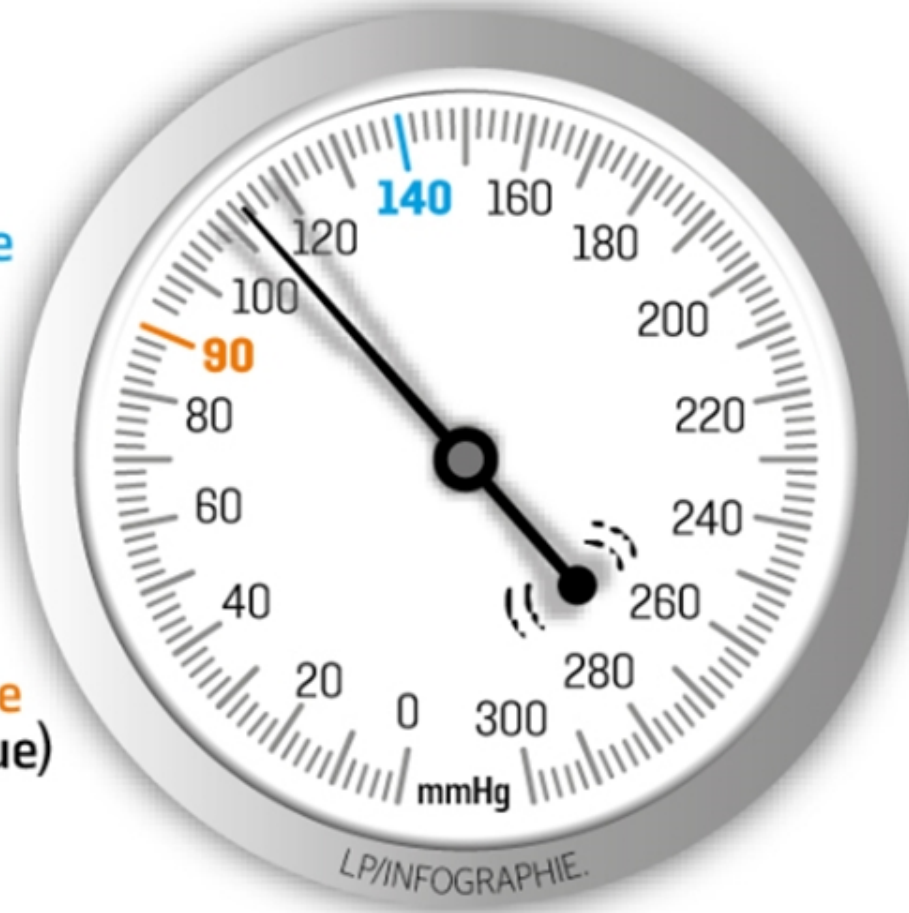
La **mesure de la pression artérielle** se décompose en deux valeurs, exprimées en centimètres de mercure (cmHg).

La **pression artérielle systolique** (contraction du cœur) ne doit pas être supérieure à **14 cmHg** (140 mmHg).

Exemple :

14 / 9

La **pression artérielle diastolique** (relâchement du muscle cardiaque) ne doit pas être supérieure à **9 cmHg** (90 mmHg).



Si des valeurs supérieures sont constatées plusieurs fois, un patient peut être **diagnostiqué hypertendu**.

COMMENT LIRE LES CHIFFRES



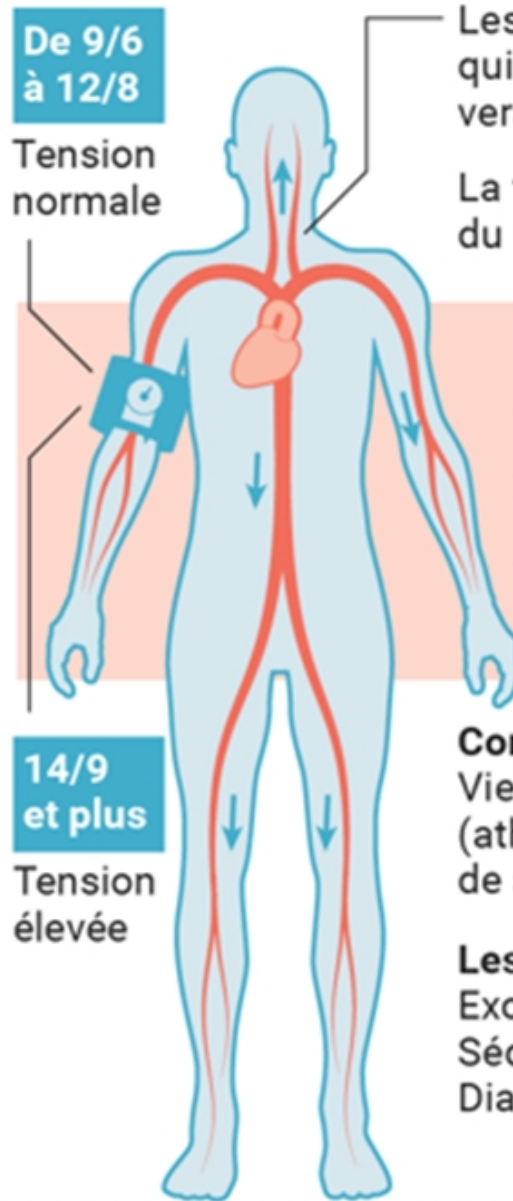
HYPERTENSION ARTÉRIELLE

De 9/6
à 12/8

Tension
normale

14/9
et plus

Tension
élevée



Les artères sont des vaisseaux sanguins qui conduisent le sang à partir du cœur vers les organes

La tension artérielle est la pression du sang sur la paroi des artères

La pression artérielle est ...

...à son **maximum** quand le cœur se contracte. C'est la **pression systolique** : à 12, par exemple, elle est normale.

...la **plus basse** quand le cœur se relâche. C'est la **pression diastolique** : à 8, par exemple, elle est normale.

Conséquences de l'hypertension

Viellissement accéléré des artères (athérosclérose) avec plus de risques de se boucher (infarctus...)

Les facteurs de risques cardiovasculaires

Excès d'alcool, de sel et de tabac /
Sédentarité / Tension élevée / Cholestérol /
Diabète



HYPERTENSION ARTÉRIELLE

➤ ou pression sanguine élevée (PSE)

TA (normale) < 140/90mmHg

➤ 29.7% d'adultes âgés de 30 ans ou plus en côte d'ivoire

(EDS/PNDS)



CLASSIFICATION SUJET DE +18ANS (mmHg)

Appréciation	Tension systolique	Tension diastolique
Optimale	< 120	< 80
Normale	120-129	80-84
Normale haute	130-139	85-89
Hypertension légère	140-159	90-99
Hypertension modérée	160-179	100-109
Hypertension sévère	180-209	110-119
Hypertension très sévère	> 209	> 119

Classification de la pression artérielle
 Joint National Committee for detection, evaluation, and treatment of high blood pressure
 Source : <http://www.sante-vie.net/sm-sante/fg/PPage.asp?D->

FACTEURS DE RISQUE HTA

- L'excès de poids/ obésité
- L'excès de sel
- Le diabète
- L'excès d'alcool
- Le tabagisme
- Le stress
- L'hérédité
- La sédentarité

FACTEURS DE RISQUE HTA

L'Hypertension Artérielle ou pression sanguine élevée (PSE)

- Ces principaux facteurs sont modifiables
 - 2% des maladies cérébrovasculaires
 - 49% des maladies cardiaques ischémiques
- **sont attribuables à des HTA/PSE**

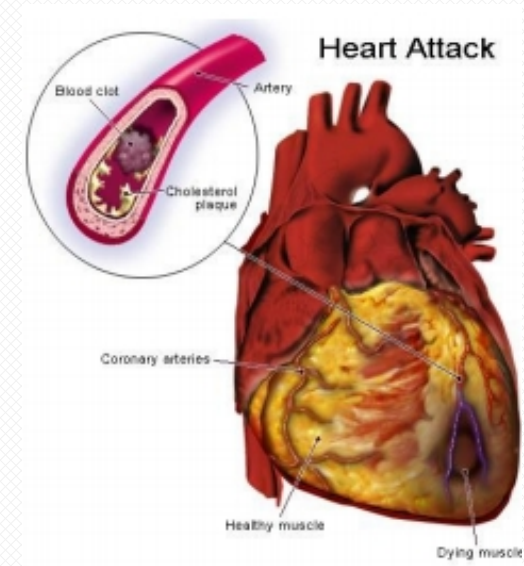
FACTEURS DE RISQUE HTA

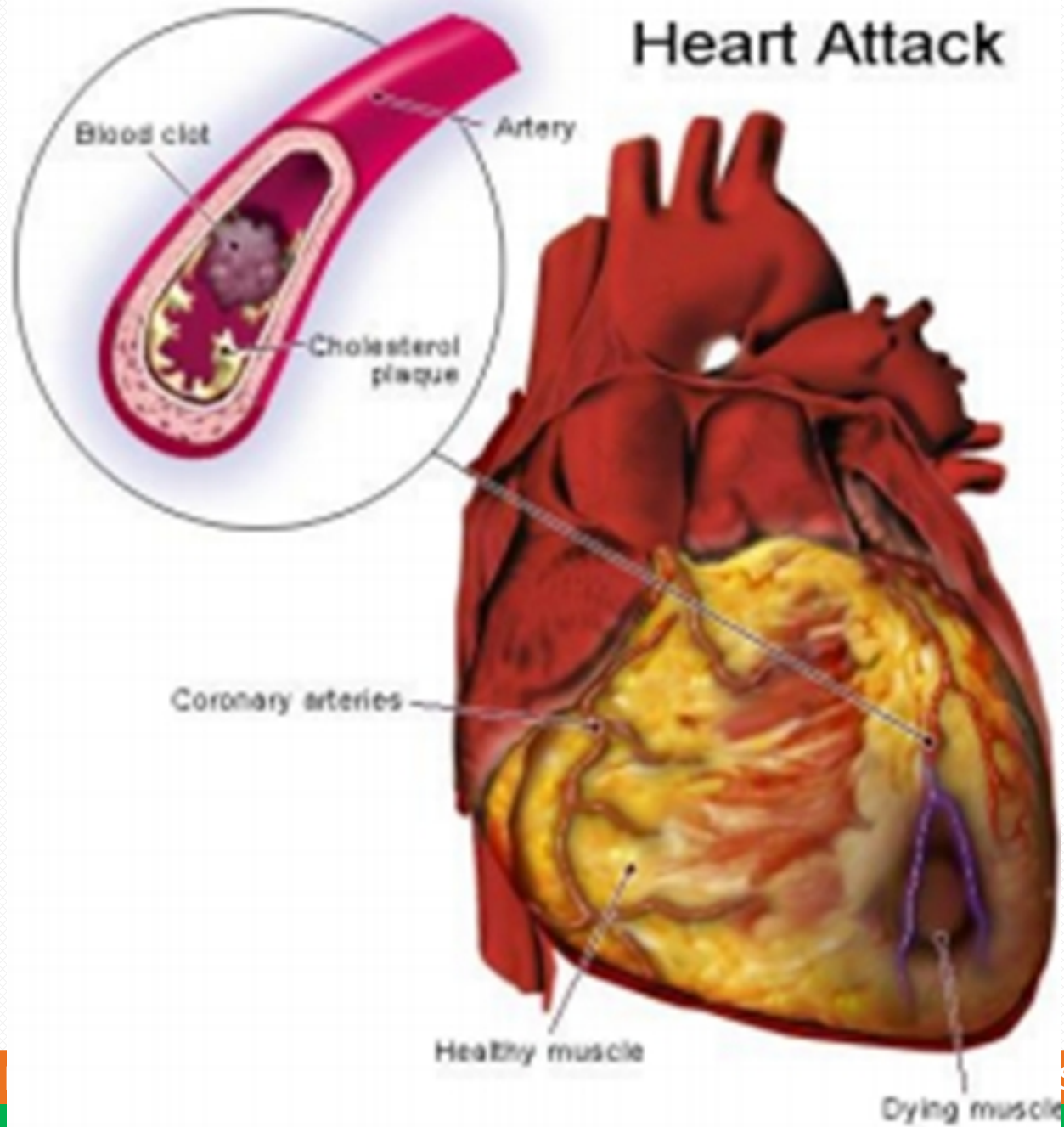
- La prévalence de la pression sanguine élevée (PSE):
TAS \geq 140 mm Hg et TAD \geq 90 mm Hg) est de 21.7%.
- La prévalence des niveaux de PSE augmente avec
l'âge pour atteindre 58.4% dans le groupe d'âge des
55-64 ans.
- La PSE est de 28% chez les Hommes et 17.2%
femmes.

LES COMPLICATIONS

Effets néfastes sur:

- cerveau → AVC (Attaque)
- cœur → insuffisance cardiaque ou crise cardiaque
- reins → maladie de l'urée
- yeux → baisse de la vue





PRÉVENTION

- Réduire la consommation de sel (<6 g/j)
- Réduire la consommation de graisse
- Cesser de fumer
- Faire de l'exercice régulièrement
- Réduire le poids en cas d'excès de poids
- Éviter l'alcool
- Prendre les médicaments prescrits

OBÉSITÉ ET EXCÈS DE POIDS



OBÉSITÉ ET EXCÈS DE POIDS

- Un excès de gras corporel résultant d'un déséquilibre entre l'apport et la dépense énergétique.

- Diagnostique basé sur:
 - ✓ calcul de l'IMC (le BMI)
 - ✓ mesure de la circonférence de l'abdomen
 - ✓ calcul du ratio taille hanche

OBÉSITÉ ET EXCÈS DE POIDS

En 2000, environ :

- 58% de l'ensemble des diabètes sucrés,
 - 21% des maladies ischémiques cardiaques
 - 8 à 42% de certains cancers
- **étaient attribués à un IMC>21 dans le monde .**

OBÉSITÉ ET EXCÈS DE POIDS

En Côte d'Ivoire, l'IMC moyen dans l'ensemble de la population âgée de 15 à 64 ans était de **23.4** avec une moyenne de:

- **23** chez les sujets de sexe masculin
- et de **24** chez la femme.
- la population féminine concernée par le surpoids et l'obésité :37.6%
- la population masculine : 24.6%.

OBÉSITÉ ET EXCÈS DE POIDS

- Le surpoids (excès pondéral) était observé chez 23.1% des sujets de sexe masculin
- tandis que l'obésité atteignait 9.1% de cette population des régions des Lagunes âgées de 15 à 64 ans

OBÉSITÉ ET EXCÈS DE POIDS

L'analyse en fonction du groupe d'âge permet d'observer que

- plus de 15% des jeunes de 15-24 ans présentent un surpoids
- tandis que l'obésité touchait deux fois plus les filles que les garçons dans le même groupe d'âge.

INDICE DE MASSE CORPORELLE

- Indice permettant d'évaluer les risques pour la santé liés au surpoids ou à la maigreur.
- Le poids seul ne suffit pas à diagnostiquer une obésité, un surpoids ou une maigreur excessive
- L'IMC est calculé en divisant le poids par la taille au carré.
- IMC méthode fiable pour les femmes et les hommes adultes de 18 à 65ans.

INDICE DE MASSE CORPORELLE

IMC ou BMI (*Body Mass Index; indice de masse corporelle*)

$$\text{BMI} = \frac{\text{Poids du corps (Kg)}}{\text{Taille (m}^2\text{)}}$$

IMC(kg.m ⁻²)	Interprétation (d'après l'OMS)
Moins de 16.5	Dénutrition
16.5 à 18.5	Maigreur
18.5 à 25	Corpulence normale
25 à 30	Surpoids
30 à 35	Obésité modérée
35 à 40	Obésité sévère
Plus de 40	Obésité morbide ou massive

NB: IM pas applicable forcement à tous les adultes, sportifs, femmes enceintes et séniore

INTERPRÉTATION DE L'IMC

IMC entre 18 et 24.9 → Poids normal

IMC entre 25 et 30 → Excès de poids

IMC au dessus de 30 → Obèse

CAUSE DE L'OBESITE

- Une mauvaise alimentation (riche en énergie et en graisse)
- Un manque d'activités physiques
- Des prédispositions génétiques

RISQUES ASSOCIÉS À L'OBÉSITÉ

- L'hypertension artérielle
- Le diabète
- Le cholestérol élevé
- Les maladies cardiaques
- Des problèmes respiratoires
- L'arthrite

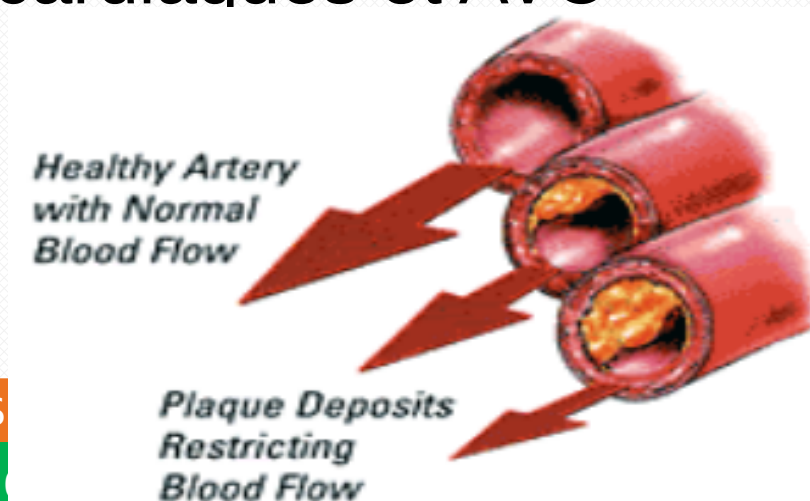
PREVENTION EXCES DE POIDS

- Éviter la graisse (fritures, viandes grasses, beurre, fromage, etc.)
- Éviter le sucre (boissons sucrées, chocolat, pâtisseries)
- Réduire la consommation des sucres lents (pain, riz,)
- Avoir une activité physique régulière
- Augmenter la consommation de fibres (légumes, fruits .)

L'HYPERCHOLESTÉROLÉMIE

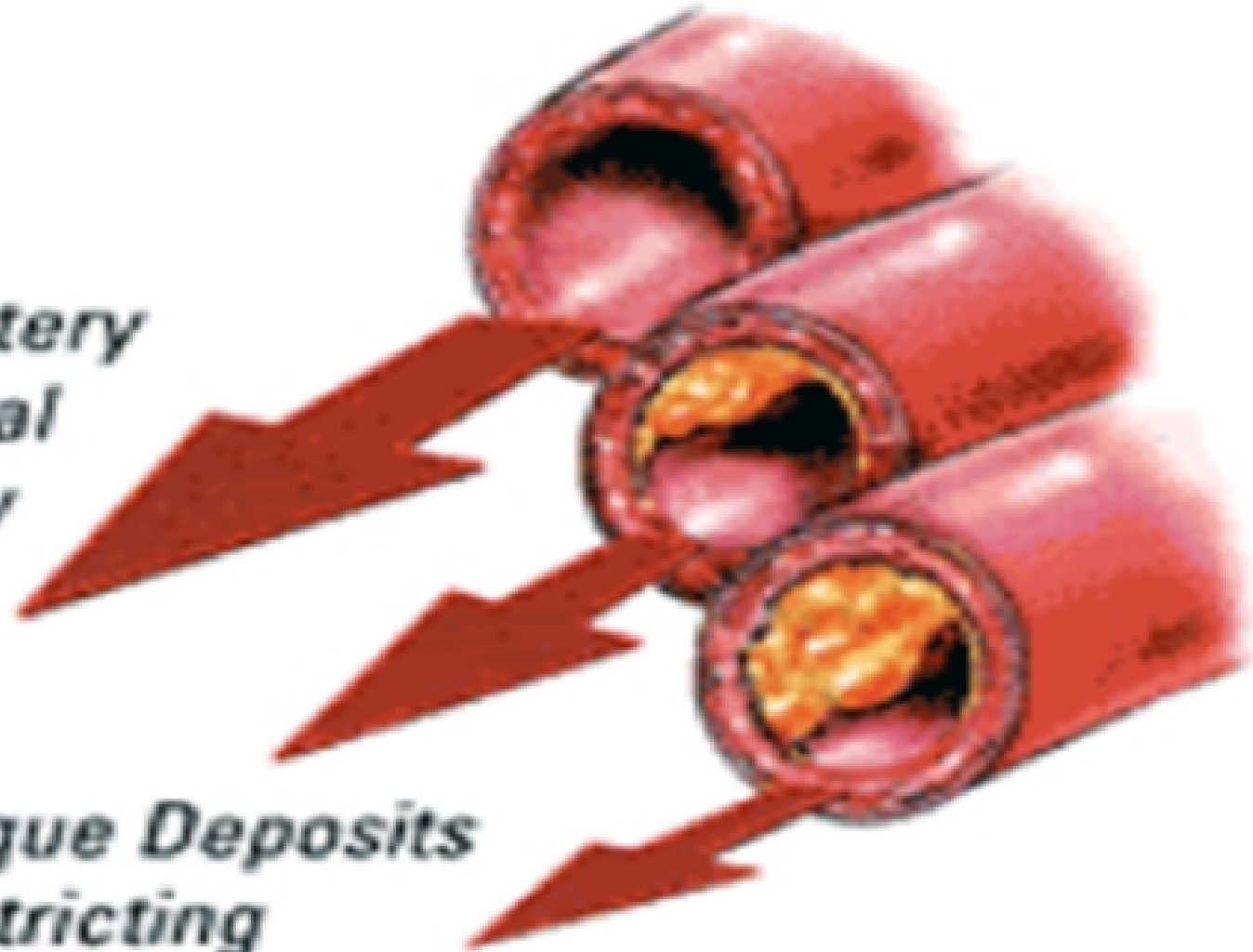
Est l'excès de graisse dans le sang

- Cause de l'athérosclérose = obstruction des Artères
- Cause principale des crises cardiaques et AVC
- Taux élevé $> 5.2\text{mmol/l}$



*Healthy Artery
with Normal
Blood Flow*

*Plaque Deposits
Restricting
Blood Flow*



L'HYPERCHOLESTÉROLÉMIE

- L'hypercholestérolémie est à l'origine de:
 - des maladies cérébrovasculaires (18%)
 - l'ensemble des maladies ischémiques cardiaques (56%).
 - l'huile végétale raffinée utilisée pour la préparation des repas à la maison (93.1%)
 - l'huile végétale non raffinée (6%)

L'HYPERCHOLESTÉROLÉMIE

- **Aliments à un taux élevé de cholestérol**
 - Le jaune d'œuf
 - Les abats
 - Le lait et les produits laitiers entiers
 - Les produits contenant des matières grasses en excès (saucisses, burgers etc.)

ADOPTER LES BONNES HABITUDES

➤ Se limiter à 1 ou 2 jaunes d'œufs /semaine



la consommation d'abats, charcuteries

➤ Manger de la viande maigre seulement

➤ Consommer plus de légumes et de fruits

➤ Manger plus de céréales

➤ S'habituer au lait écrémé

➤ Utiliser l'huile de soja, maïs, olive

LES FIBRES ALIMENTAIRES

- Source végétale
- Présents dans les légumes, les fruits, les céréales et les grains secs

LES BIENFAITS DES FIBRES

Les fibres aident à:

- Protéger contre le diabète
- Contrôler le taux de cholestérol
- Protéger contre les maladies du cœur
- Protéger contre l'obésité
- Protéger contre plusieurs types de cancer
- Empêcher la constipation

L'ALCOOL

❖ Consommation d'alcool en excès

- Hommes (≥ 20 ans): 19.1%
- Femmes (≥ 20 ans) : 1.9 %

RISQUES:

- Physiques
- Sociaux et Mentaux

L'ALCOOL

- ❖ **La consommation abusive d'alcool**
 - La mesure de la consommation alcoolique est exprimée en boisson ou verre standard correspondant à une quantité de boisson alcoolisée contenant 13-16 grammes d'éthanol.

L'ALCOOL

- ❖ **La consommation abusive ou nocive de l'alcool**
correspond à une consommation journalière :
- chez la femme de 4 verres standards
 - chez l'homme elle est de 5 verres standards.

L'ALCOOL

Au niveau mondial :

La consommation nocive de l'alcool provoque

➤ 3,2% des décès (1,8 millions) et 4,0% d'AVBSP
(58,3 millions).

Cette proportion est plus élevée

✓ les hommes : 5,6% de décès et 6,5% d'AVBSP

L'ALCOOL

En Côte d'Ivoire,

- 71.1% de la population consomme de la boisson alcoolisée contre 28.9% qui s'abstiennent.
- En milieu urbain, 70.9% consomme de l'alcool contre 73.4% en milieu rural.

L'ALCOOL

- La consommation standard moyenne journalière d'alcool dans l'ensemble de la population est de:
 - ✓ **5 verres standards avec**
 - ✓ une moyenne de 4 verres en milieu rural et
 - ✓ 5 verres en milieu urbain.

L' ALCOOL

- Les hommes : en moyenne/jour 6 verres standards de boissons alcoolisées en milieu urbain contre 5 en zone rurale.
- Les femmes : moyenne/jour est de 4 verres standards de boissons alcoolisées en milieu urbain contre 2.2 en milieu rural.
- **La fréquence de la consommation alcoolique est plus élevée en milieu rural qu'en milieu urbain.**

LES MÉFAITS DE L'ALCOOL (1)

La consommation **abusive d'alcool** provoque:

- Gastrite et ulcère de l'estomac
- Cirrhose de foie
- Hypertension artérielle
- Cancer de la bouche, de la gorge
- AVC et Insuffisance cardiaque

LES MÉFAITS DE L'ALCOOL (2)

- Impuissance sexuelle chez les hommes
- troubles mentaux
- problèmes neurologiques
- accidents de la route
- violence domestique

LE STRESS

- Une condition de tension et de pression dans certaines situations sont source de:
 - Anxiété
 - Colère
 - Dépression

QUELQUES CAUSES DE STRESS

- Le travail
- Les relations conflictuelles (Familiale /amoureuses)
- Les soucis financiers
- La mort d'un proche
- La maladie
- La violence physique et morale

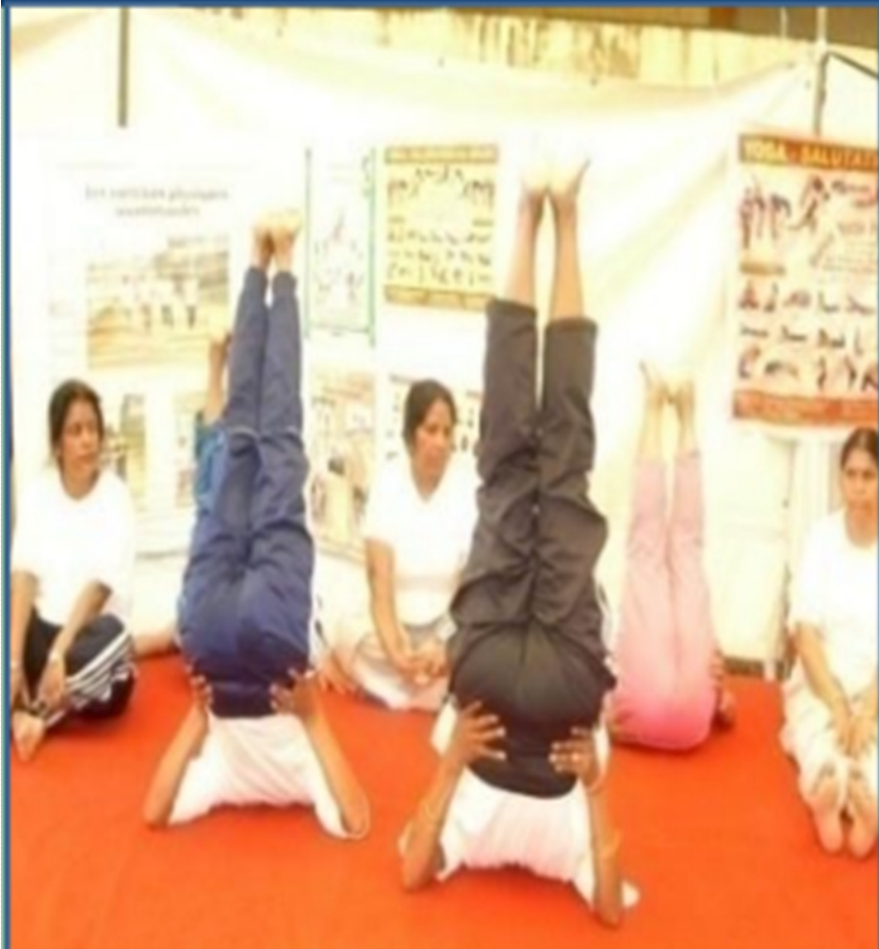
LES CONSÉQUENCES DU STRESS

- Hypertension artérielle
- diabète
- troubles mentaux
- Insomnie
- Problèmes digestifs

COMMENT GÉRER LE STRESS ?

- Planifier son temps
- Gérer son budget
- Prendre du repos
- Avoir une alimentation équilibrée
- Faire de l'exercice régulièrement
- Se relaxer (le Yoga, la méditation etc.)

EXERCICES REGULIERS



SITUATION DES CAS DE CANCERS

Le nombre de cas reste préoccupante:

- l'incidence estimée en 2012 : 12 002 nouveaux cas
- Elle est passée à 13 209 nouveaux cas en 2016 soit une augmentation de 10 %.
- Par ailleurs cette incidence pourrait croître jusqu'à 17 199 cas en 2030 si de véritables politiques de lutte ne sont pas mises en place

SITUATION DES CAS DE CANCERS

▪ Estimation de survenue:

- ✓ 44 % chez les hommes
- ✓ 56 % chez les femmes.

▪ Estimation de décès en 2012: 9 299

- ✓ 4 742 pour les hommes
- ✓ 4 557 pour les femmes.

➤ Il pourrait atteindre 10.000 décès/an d'ici 2020.

MALADIES RESPIRATOIRES OBSTRUCTIVES CHRONIQUES ET L'ASTHME [1/3]

- posent un grave problème de santé publique par:
 - ✓ leur fréquence,
 - ✓ leur gravité,
 - ✓ leurs incidences économiques.

MALADIES RESPIRATOIRES OBSTRUCTIVES CHRONIQUES ET L'ASTHME [2/3]

Les MROC= ensemble de maladies touchant les voies aériennes et d'autres parties du poumon.

- les plus répandues sont la **MPOC et l'asthme**.
- Cependant on note d'autres maladies chroniques telles que le cancer du poumon, le syndrome de la détresse respiratoire (SDR) et l'apnée du sommeil.

- les principaux MPOC entraînent un ensemble de problèmes respiratoires graves causé en grande partie par le tabagisme
- **se manifeste par:**
 - ✓ une toux,
 - ✓ un essoufflement
 - ✓ et une production de mucus.

- Bien que les **changements dans les poumons débutent plusieurs années auparavant**, **les symptômes de cette maladie se manifestent rarement avant l'âge de 40 ans.**

LE TABAGISME [1/3]

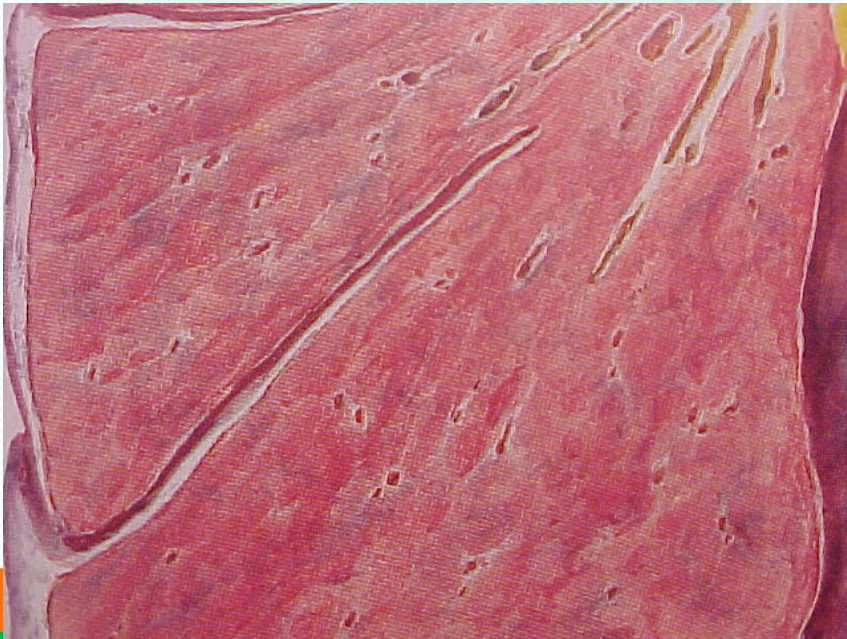
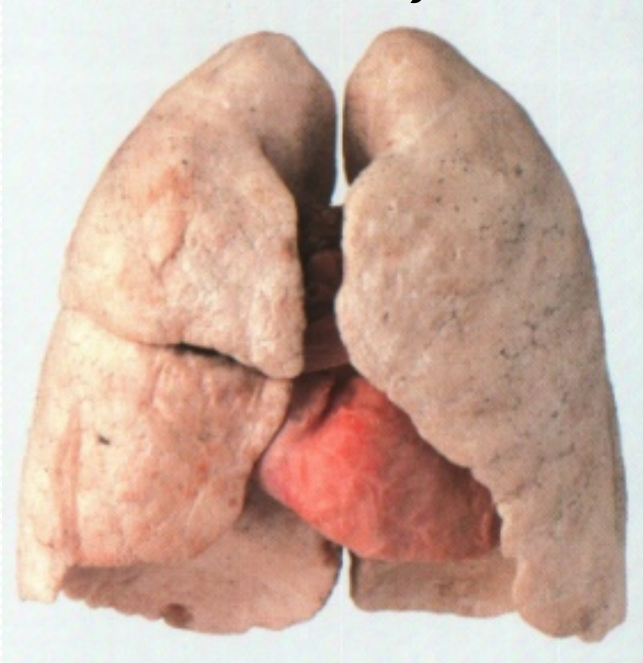
- Dans l'ensemble des pays développés, la cigarette est responsable de:
 - plus de 90% des cancers du poumon chez l'homme
 - et environ 70% de ces cancers chez la femme.

LE TABAGISME [2/3]

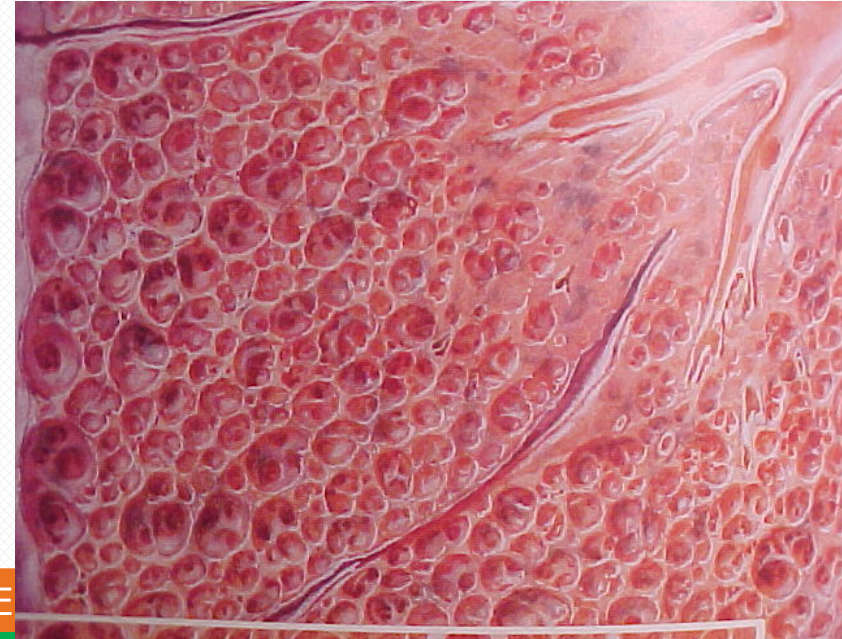
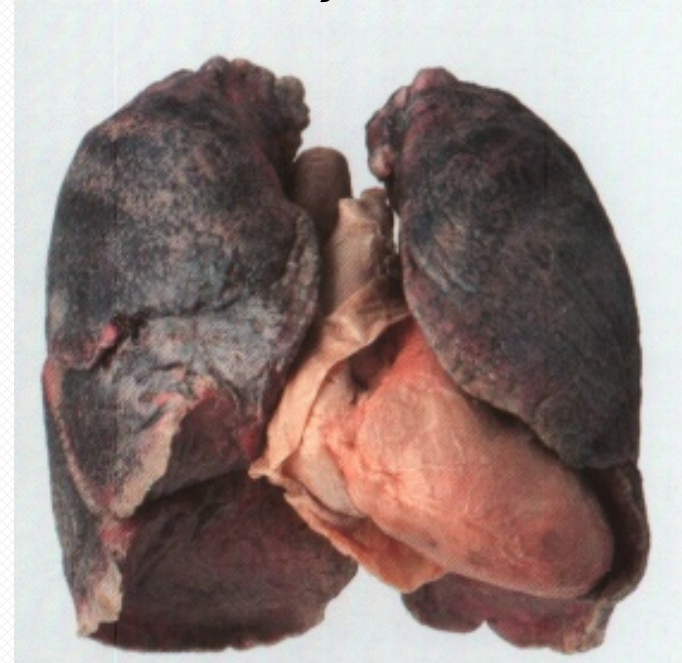


La fraction attribuable aux **maladies respiratoires chroniques** et aux maladies cardiovasculaires est respectivement de l'ordre de 56-80% et 22%.

Poumon de non-fumeur



Poumon de fumeur



TION DE

LE TABAGISME [3/3]

- Dans le monde on estime que le tabagisme est annuellement responsable d'environ :
 - ✓ 8,8% des décès soit 4,9 millions de morts /an,
 - ✓ et de 4,1% des années de vie en bonne santé perdues (59,1millions).

- La prévalence du tabagisme est dépendante du sexe quelle que soit la tranche d'âge.(BOGUI et coll Abidjan 2002)

RECAPITULATIF

- Avoir une alimentation équilibrée:



graisse,



sucres,



sel



légumes et fruits

Éviter l'excès de poids





Éviter la cigarette et l'alcool



Savoir gérer le stress



Bon Appetit !



INSTITUT NATIONAL DE FORMATION DES AGENTS DE SANTE - INFAS

Bvd de Marseille, 18 BP 720 Abidjan 18, Tel.: (225) 21005660 / 21001906 - Email: info@infas.ci - site web: www.infas.ci

*Merci de votre
attention !!*

