

Les comorbidités

Mieux les comprendre pour mieux les prévenir

1 Qu'est-ce qu'on entend par "comorbidité" ?

Les comorbidités sont des maladies ou troubles qui peuvent apparaître en plus de la maladie principale. Elles peuvent être :

- ✓ Liées à la maladie (inflammation, atteinte d'organes)
- ✓ Liées aux traitements (corticoïdes, immunosuppresseurs)
- ✓ Liées au mode de vie et au stress

Elles sont fréquentes, mais pas systématiques, et souvent évitables si dépistées tôt.



2 Grandes catégories de comorbidités

Maladies Cardiovasculaires

Pourquoi

- Arthérosclérose
- Traitements
- Inflammation

Que faire

- Arrêter le tabac
- Bilan cardiovasculaire
- Bonne hygiène de vie



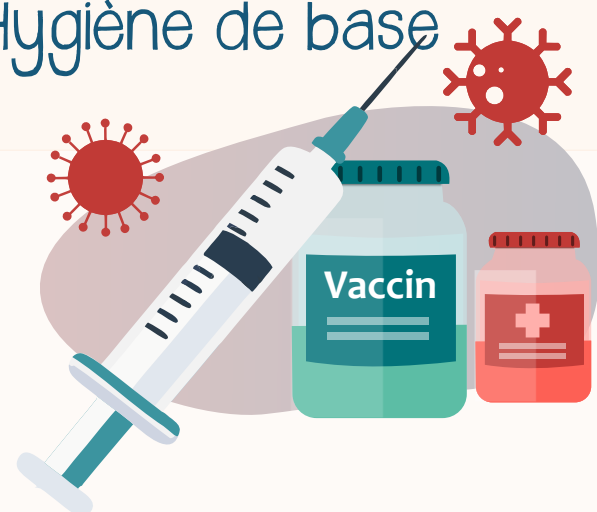
Infections

Pourquoi

- Système immunitaire dérégulé
- Immunosuppresseurs

Que faire

- Vaccination
- Hygiène de base



Ostéoporose

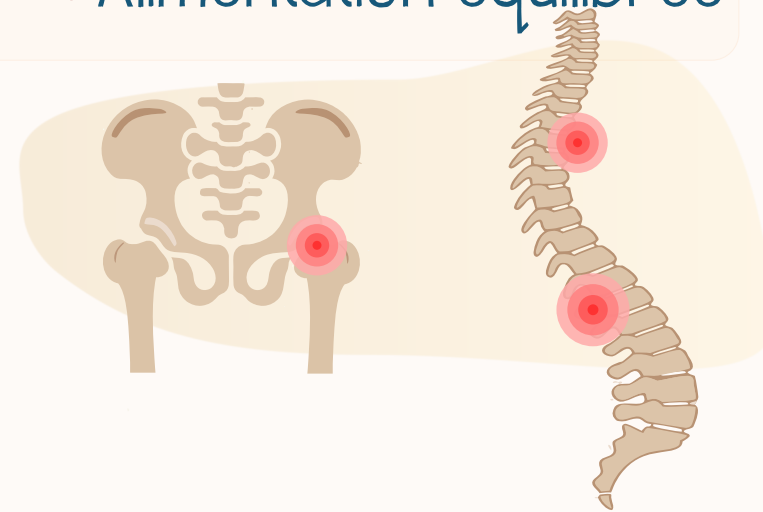
Pourquoi

- Corticoïdes
- Sédentarité



Que faire

- Arrêter le tabac
- Activité physique
- Alimentation équilibrée



Psychologie

Pourquoi

- Anxiété & Dépression
- Fatigue chronique

Que faire

- Soutien psychologique
- Activité physique
- Relaxation



Cancers

Pourquoi

- Inflammation
- Immunodépresseurs

Que faire

- Dépistage régulier
- Suivi médical



3 Prenez-soin de vous



Arrêter le tabac



Vaccins



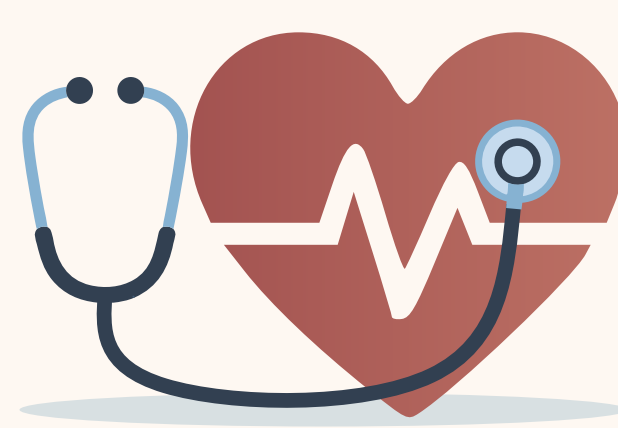
Activité physique



Manger équilibré



Bilans biologiques



Bilan cardiovasculaire



Dépistage des cancers



Suivi médical régulier

Parlez-en à votre médecin

RESO Bordeaux

Centre de référence des maladies auto-immunes
et auto-inflammatoires systémiques rares

www.reso-bordeaux.fr

