

# CHU GRENOBLE ALPES

## Service de Cardiologie

CHU Grenoble Alpes

CS 10217

39 043 Grenoble Cedex 09



04 76 76 75 75  
chu-grenoble.fr

LE PACEMAKER, UNE VIE «NORMALE»



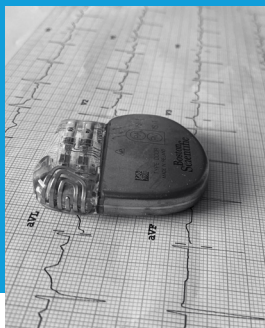
# GUIDE PACEMAKER

**Le pacemaker** n'entraîne que peu de restrictions (en dehors de celles imposées par la pathologie qui a conduit à son implantation et qui vous seront transmises par votre cardiologue).

# LES RESTRICTIONS

Dans les premières semaines, évitez le port de charges lourdes et les activités sollicitant trop les muscles du côté de l'implantation, jusqu'à cicatrisation (environ 4 à 6 semaines)

Consultez au minimum tous les ans le cardiologue qui procède au contrôle de votre pacemaker.



## À RESPECTER

Toujours conserver avec vous le carnet de suivi de votre pacemaker (et a minima l'amener à chaque consultation auprès de votre cardiologue).

## DURÉE DE VIE

La durée de vie du pacemaker est d'environ 10 ans, durée au terme de laquelle il suffit de changer le boîtier du pacemaker.

## PACEMAKER = STIMULATEUR CARDIAQUE



En cas de question supplémentaire, n'hésitez pas à vous référer au site «Pacemaker / Défibrillateur au quotidien» ([pacedefauquotidien.com](http://pacedefauquotidien.com))

ou à solliciter votre cardiologue lors de votre prochaine consultation.

# ATTENTION RISQUES

## INFECTIONS

En cas d'apparition de signes d'inflammation au niveau de la cicatrice (rougeur, gonflement, chaleur) ou d'écoulement, il convient de prendre contact rapidement avec votre cardiologue.

En cas de fièvre, pas d'automédication !!!  
Prenez rapidement contact avec votre médecin.

## SOUDURE À L'ARC

La soudure à l'arc est formellement contre-indiquée avec un pacemaker (risque d'interférence important, et d'inhibition du pacemaker).

## L'ÉLECTROMÉNAGER

Pour la plupart (téléphone portable, micro-ondes, télévision, radio, ordinateur, rasoir électrique, borne wifi, compteur Linky®, montre connectée ...) : aucune restriction sous réserve d'un usage « normal » c'est-à-dire à au moins 15 cm du boîtier (ex : éviter de porter son téléphone portable dans une poche de chemise).

Plaques à induction : aucune interférence réellement recensée. L'usage normal est possible, il convient par sécurité de ne pas rapprocher le boîtier à proximité immédiate des plaques de manière prolongée.

## LA CONDUITE

La conduite est autorisée sans restriction après les 2 semaines post opératoires (sous réserve de l'indication ayant conduit à l'implantation).  
Il n'existe pas de restriction supplémentaire en cas de conduite avec un véhicule électrique par rapport à un véhicule thermique.

## LE SPORT

L'activité physique est tout à fait possible avec un pacemaker. Il convient toutefois d'être vigilant et d'éviter les sports entraînant des chocs directs sur le boîtier (sports de combats, rugby ...) ou des contraintes sur les sondes via un mouvement trop ample (Handball, tennis, golf ...).

## AU QUOTIDIEN

# LES QUESTIONS MÉDICALES

## KINÉSITHÉRAPIE

Les soins de kinésithérapie avec utilisation d'électrostimulation sont fortement déconseillés, du fait du risque d'inhibition du pacemaker.

## IRM

La plupart des nouveaux modèles de pacemaker permettent la réalisation d'une IRM, sous réserve d'attendre 6 semaines après l'implantation et d'un contrôle avant l'examen (pour mise en mode IRM).

Avant de réaliser une IRM, vous devez impérativement mentionner que vous êtes porteur d'un stimulateur cardiaque afin de vérifier sa compatibilité avec l'examen (qui sera le plus souvent réalisable).

## CHIRURGIE

Toute chirurgie n'exige pas un contrôle du pacemaker. Toutefois, si le chirurgien doit utiliser un bistouri électrique, il est recommandé de demander l'avis auprès d'un cardiologue avant la chirurgie. Il suffit simplement de prévenir le chirurgien que vous avez un stimulateur cardiaque avant un acte chirurgical.

# VOYAGE

## AU SOLEIL

Évitez dans un premier temps l'exposition au soleil pour favoriser une bonne cicatrisation.

Par la suite, il n'existe pas de restriction formelle, mais il faut être vigilant car une exposition prolongée peut échauffer le boîtier du pacemaker.

## EN ALTITUDE

Il n'y a aucune restriction à aller en altitude si vous êtes porteur d'un stimulateur cardiaque, même à des altitudes élevées (avion, haute montagne...).

## MAGASINS & AÉROPORT

Le boîtier du pacemaker permet d'éviter une interférence extérieure dérégulant son fonctionnement. Les portiques n'entraînent donc que peu de risques à condition d'être traversé « normalement » c'est à dire rapidement.

À l'aéroport, munissez-vous de votre carte de suivi du pacemaker et présentez-la au moment du passage des portiques. Les détecteurs de métaux ne seront alors pas utilisés, et il conviendra de réaliser une « fouille au corps ».

Dans les magasins, évitez les stations prolongées près des portiques.