LES RISQUES LIÉS À LA CONSOMMATION D'ALCOOL

HTA, FA, AVC HÉMORRAGIQUE : RISQUES DÈS LE PREMIER VERRE OU À PARTIR D'UN CERTAIN NIVEAU DE CONSOMMATION D'ALCOOL

L’HYPERTENSION ARTÉRIELLE

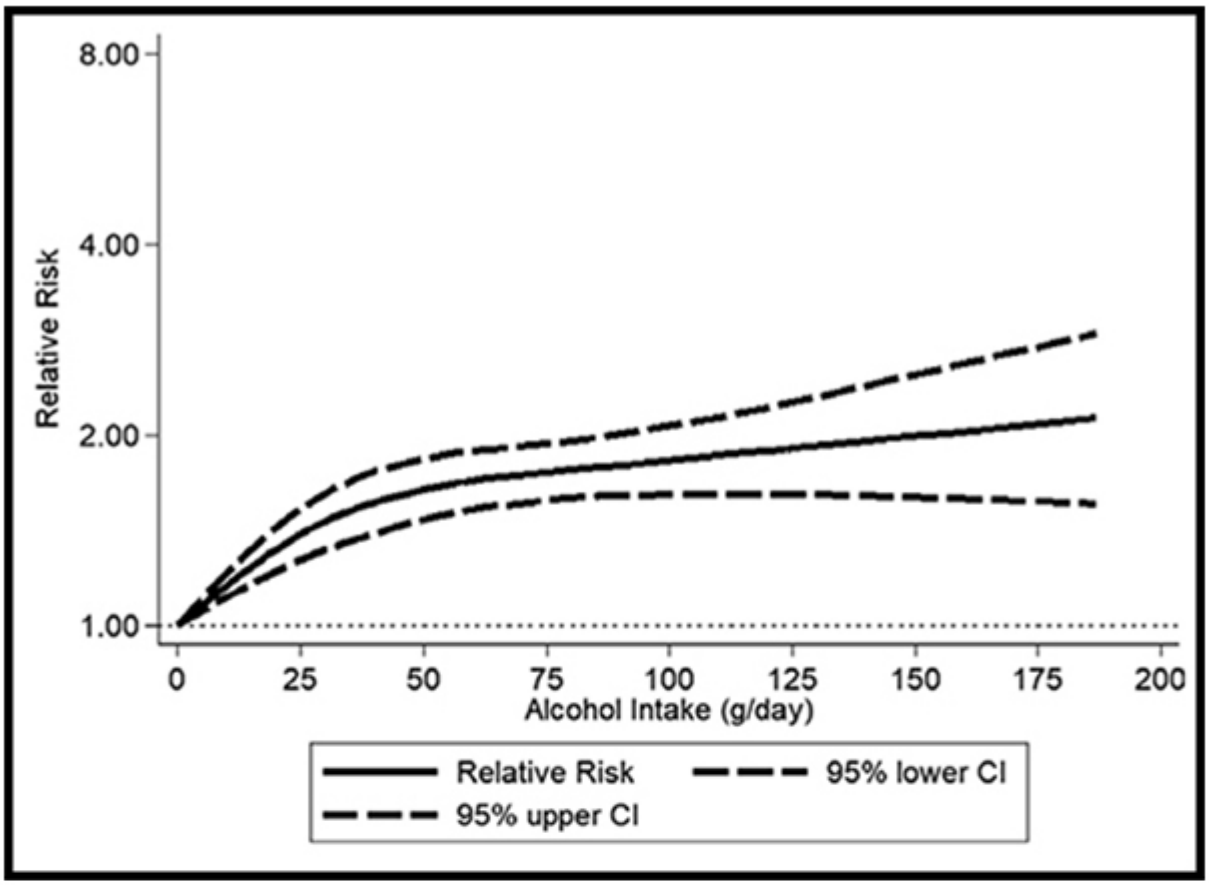
L’effet de l’alcool sur la pression artérielle est dose-dépendant [1]. Toutefois, le risque d’hypertension artérielle augmente différemment chez les hommes et chez les femmes :

- Chez les hommes : toute consommation d'alcool est associée à une augmentation du risque d'hypertension artérielle. Par exemple, pour une consommation comprise entre 10 et 20g d’alcool par jour, le risque relatif est de 1.19 (IC [1.07-1.31]) [1].
- Chez les femmes : le risque est accru pour une consommation supérieure à 30g d’alcool par jour, le risque relatif est de 1.42 (IC [1.22-1.66]) [1].

Par ailleurs, l’hypertension artérielle secondaire à l’alcool est évitable et réversible [2].

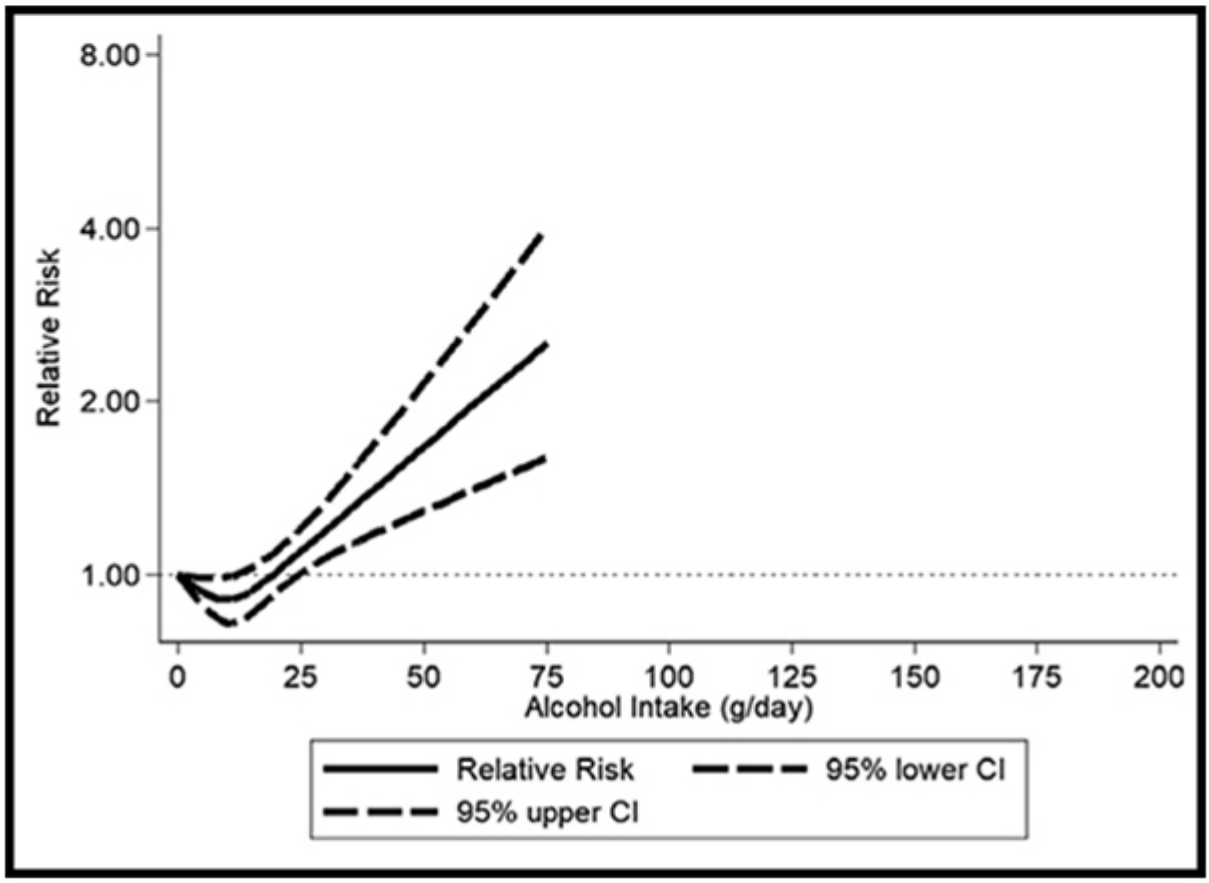
HOMMES

RISQUE D'HYPERTENSION ARTÉRIELLE CHEZ LES HOMMES SELON LEUR CONSOMMATION D'ALCOOL QUOTIDIENNE.



FEMMES

RISQUE D'HYPERTENSION ARTÉRIELLE CHEZ LES FEMMES SELON LEUR CONSOMMATION D'ALCOOL QUOTIDIENNE.



POINT DE VIGILANCE

Une consommation d'alcool supérieure à 2 verres par jour entraîne une augmentation du risque d'hypertension artérielle chez les femmes et chez les hommes.

LA FIBRILLATION ATRIALE

L'alcool est cardiotoxique. Il entraine des effets négatifs sur l'électrophysiologie cardiaque [3] :

- Raccourcissement du potentiel d'action atrial, provoquant l'entrée en fibrillation atriale
- Effet sur le système nerveux autonome, favorisant la tachycardie
- Modifications structurelles des oreillettes perturbant la conduction

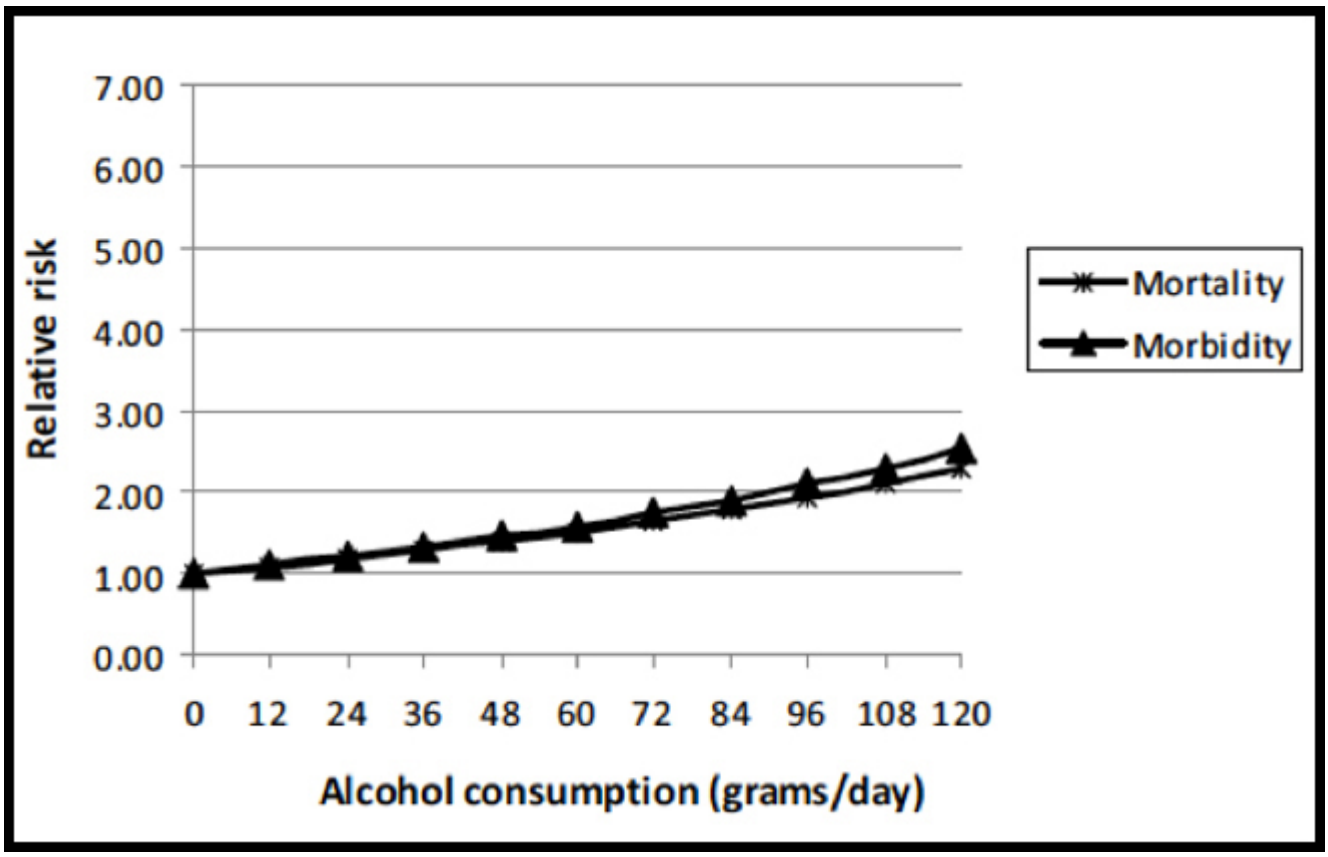
Le risque de survenue d'un épisode de fibrillation atriale augmente différemment pour les hommes et les femmes [4] :

- Pour les hommes : **il augmente à partir d'une consommation d'alcool de 10g d'alcool par jour** (entre 10 et 20g par jour : HR 1.26, IC [1.04-1.54] ; au-delà de 30g d'alcool par jourHR 1.68, IC [1.18-2.41])
- Pour les femmes : il augmente à partir d'une consommation d'alcool supérieure à 30g d'alcool par jour (HR 1.29, IC [1.01-1.65])

L'AVC HÉMORRAGIQUE CHEZ L'HOMME

Le lien entre la consommation d'alcool et l'AVC est complexe : il dépend du type d'AVC, de la consommation d'alcool et du sexe du patient.

Chez l'homme, **le risque d'AVC hémorragique augmente de façon linéaire avec l'augmentation de la dose d'alcool.**



Risque d'AVC hémorragique ches les hommes en fonction de leur consommation d'alcool quotidienne *Source : Patra, J.; Taylor, B.; Irving, H.; Roerecke, M.; Baliunas, D.; Mohapatra, S. & Rehm, J. (2010), 'Alcohol consumption and the risk of morbidity and mortality for different stroke types - a systematic review and meta-analysis', BMC Public Health 10(1)*

Pour l'AVC hémorragique chez la femme, cliquez ici.

Quand on parle de verre d'alcool, on s'exprime en verre standard. Un « verre standard » contient 10g d'alcool pur, quel que soit le type de boisson alcoolisée (vin, bière ou spiritueux).

Ces équivalences sont basées sur les degrés d'alcool standard contenus dans les boissons alcoolisées. Il est cependant important de noter qu'il existe des boissons alcoolisées (vin, bière ou spiritueux) avec un degré d'alcool plus fort, ce qui entraîne une contenance en cl moins importante de boisson pour obtenir une quantité d'alcool pur à 10g.

---

[1] Roerecke, M.; Tobe, S. W.; Kaczorowski, J.; Bacon, S. L.; Vafaei, A.; Hasan, O. S. M.; Krishnan, R. J.; Raifu, A. O. & Rehm, J. (2018), 'Sex-Specific Associations Between Alcohol Consumption and Incidence of Hypertension: A Systematic Review and Meta-Analysis of Cohort Studies', Journal of the American Heart Association 7(13).
[2] Roerecke M, Kaczorowski J, Tobe SW, Gmel G, Hasan OSM, Rehm J. The effect of a reduction in alcohol consumption on blood pressure: a systematic review and meta-analysis. Lancet Public Health. 2017.
[3] Voskoboinik, A.; Prabhu, S.; Ling, L.-h.; Kalman, J. M. & Kistler, P. M. (2016), 'Alcohol and Atrial Fibrillation', Journal of the American College of Cardiology 68(23), 2567--2576.
[4] Gallagher, C.; Hendriks, J. M. L.; Elliott, A. D.; Wong, C. X.; Rangnekar, G.; Middeldorp, M. E.; Mahajan, R.; Lau, D. H. & Sanders, P. (2017), 'Alcohol and incident atrial fibrillation A systematic review and meta-analysis', *International Journal of Cardiology* **246**, 46--52.