

# CONSEILS POUR UNE BONNE UTILISATION DE LA TRINITRINE

La trinitrine est bien connue pour être le médicament des cardiaques : c'est la pilule ou le spray qu'ils mettent sous la langue quand ils ressentent une **douleur** dans la poitrine.

Il s'agit d'un médicament à action rapide, qui dilate les vaisseaux coronaires (les artères du cœur), diminue le travail cardiaque et s'oppose ainsi directement au mécanisme à l'origine de l'infarctus et de l'angine de poitrine, à savoir la vasoconstriction des artères coronaires. Son mode d'action est très rapide quand elle est prise par voie sublinguale ou par spray : sous ces 2 formes, le principe actif arrive très rapidement dans le sang.

Elle doit être utilisée en cas de crise, c'est à dire en cas de douleur dans la poitrine, de blocage de la respiration. Elle ne doit pas être prise pour d'autres symptômes, sauf avis contraire de votre médecin, en particulier, elle n'a pas d'intérêt en cas de malaise ou perte de connaissance et peut même aggraver la situation.

En cas de crise angineuse, il faut :

## 1) Si vous utilisez une pilule (Trinitrine simple Laleuf) :



- s'asseoir et prendre une pilule
- la croquer un coup et la mettre sous la langue sans l'avaler
- noter le temps que met la douleur pour disparaître

## 2) Si vous utilisez un spray (Isocard, Lénitral Spray, Natispray) :



- s'asseoir, prendre et décapuchonner le tube
- ouvrir la bouche et placer le spray juste devant
- appuyer sur le haut du spray, faire **UNE** pulvérisation sous la langue ou à l'intérieur de la joue
- fermer la bouche et attendre quelques secondes avant d'avaler
- **noter le temps que met la douleur pour disparaître**

## 3) Après une pilule ou une pulvérisation :



- rester assis 5 minutes
- puis, si vous ressentez encore une douleur, prenez une seconde pilule ou pulvérisation
- attendez encore 5 autres minutes
- si la douleur persiste, appelez le **Centre 15** (ou le 112 depuis un portable)

**Quatre informations** sont importantes à connaître :

- vous devez toujours porter cette trinitrine sur vous et en prendre dès que vous sentez une crise apparaître, sans délai. Elle agit très rapidement et ses effets durent environ 20 à 30 minutes
- vous pouvez en prendre de manière préventive avant un effort important que vous ne pouvez éviter ou dans une situation que vous connaissez comme à risque
- la prise de trinitrine peut entraîner des troubles très transitoires : des maux de tête, des rougeurs, voire des vertiges, qui cèdent à la position allongée. A noter que le spray « picote » parfois la langue parce qu'il contient un peu d'alcool
- il ne faut jamais prendre en même temps trinitrine et Viagra, Cialis ou Levitra. Si vous voulez en utiliser, il faudra voir avec votre médecin et votre cardiologue comment vous y prendre

Dans tous les cas, **tenez votre médecin au courant** de la fréquence d'utilisation de la trinitrine et surtout, revoyez le **rapidement** en cas de crises plus fréquentes, plus longues ou survenant pour des efforts peu importants