

# Blood Vessel Disease

Blood vessel disease is also called peripheral vascular disease or artery disease. It is the narrowing of the blood vessels in the abdomen, legs and arms. When the blood vessels narrow, less oxygen-rich blood gets to your body parts. This can cause tissue and cell death or gangrene. Blood vessel disease is the leading cause of amputations. Blood vessel disease is caused by a build-up of fatty deposits called plaque. Some of the blood vessels or blood clots can cause other problems.

## **Signs of Blood Vessel Disease in the Abdomen, Legs and Arms**

- Muscle pain, aches or cramps
- Cool, pale skin, cold hands and feet
- Reddish-blue color of the skin and nails of the hands and feet
- A sore that takes a long time to heal or when scabbed over, looks black
- Loss of hair on legs, feet or toes
- Faint or no pulse in the legs or feet

## **Risk Factors**

You are at higher risk for blood vessel disease if you:

- Smoke
- Have diabetes
- Are over the age of 45
- Have high cholesterol
- Have high blood pressure
- Have a family member with heart or blood vessel disease
- Are overweight
- Are inactive

# Maladie des vaisseaux sanguins

La maladie des vaisseaux sanguins est également appelée maladie vasculaire périphérique ou maladie artérielle. Elle se caractérise par un rétrécissement des vaisseaux sanguins dans l'abdomen, les jambes et les bras. Lorsque les vaisseaux sanguins se rétrécissent, l'apport en sang riche en oxygène est diminué dans les parties de votre corps. Ceci peut entraîner une mort tissulaire et cellulaire ou une gangrène. La maladie des vaisseaux sanguins est la première cause d'amputation. La maladie des vaisseaux sanguins est provoquée par une accumulation de dépôts graisseux appelés plaque. Certains vaisseaux sanguins ou caillots sanguins peuvent générer d'autres problèmes.

## Signes de la maladie des vaisseaux sanguins dans l'abdomen, les jambes et les bras

- Douleurs musculaires ou crampes
- Peau froide, pâle, pieds et mains froids
- Ongles, peau des pieds et des mains de couleur bleue rouge
- Plaie qui met longtemps à guérir ou présence d'une croûte noire sur celle-ci
- Perte de poils sur les jambes, les pieds ou les orteils
- Faiblesse ou absence de pouls dans les jambes ou les pieds

## Facteurs de risque

Vous êtes exposé à un haut risque de maladie des vaisseaux sanguins si vous :

- Fumez
- Avez du diabète
- Avez plus de 45 ans
- Avez un taux de cholestérol élevé
- Avez une pression artérielle élevée
- Avez dans votre famille une personne présentant une maladie cardiaque ou une maladie des vaisseaux sanguins
- Présentez une surcharge pondérale
- Êtes sédentaire

Blood Vessel Disease. African French.

## **Your Care**

Blood vessel disease may be prevented or slowed down with healthy choices.

- Have your blood pressure checked.
- See your doctor each year.
- Do not smoke or use tobacco.
- Exercise each day.
- Eat a diet low in fat and high in fiber.
- Manage your stress.

Your care may also include medicine and surgery.

**Talk to your doctor about your treatment options.**

## **Précautions à prendre**

La maladie des vaisseaux sanguins peut être évitée ou ralentie par le biais de mesures préventives.

- Faites contrôler votre pression artérielle.
- Voyez votre médecin chaque année.
- Ne fumez pas.
- Faites de l'exercice tous les jours.
- Suivez un régime pauvre en graisses et riche en fibres.
- Gérez votre stress.

Les précautions à prendre peuvent également inclure un médicament ou une intervention chirurgicale.

**Parlez avec votre médecin de vos possibilités de traitement.**

Blood Vessel Disease. African French.

6/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.com](http://www.healthinfotranslations.com).