

L'HYPERTENSION ARTÉRIELLE

1^{ÈRE} MALADIE
CHRONIQUE AU
MONDE

FACTEUR DE RISQUE
VASCULAIRE PRINCIPAL

1 PATIENT SUR 5
HYPERTENDU EN
FRANCE N'EST PAS
TRAITÉ

1 PATIENT SUR 2
HYPERTENDUS TRAITÉS
N'ATTEINT PAS LES
OBJECTIFS DE PRESSION
ARTÉRIELLE CONTRÔLÉE



RETROUVEZ VOS MÉDICAMENTS CONTRE L'HTA

METHYLDOPA

RILMENIDINE / MOXONIDINE

LOL (BETA BLOQUANT)

RAMIPRIL / PERINDOPRIL

IRBESARTAN / VALSARTAN

AMLODIPINE / LERCANIDIPINE

DILTIAZEM

VERAPAMIL

PAZOSINE

URAPIDIL

FUROSEMIDE

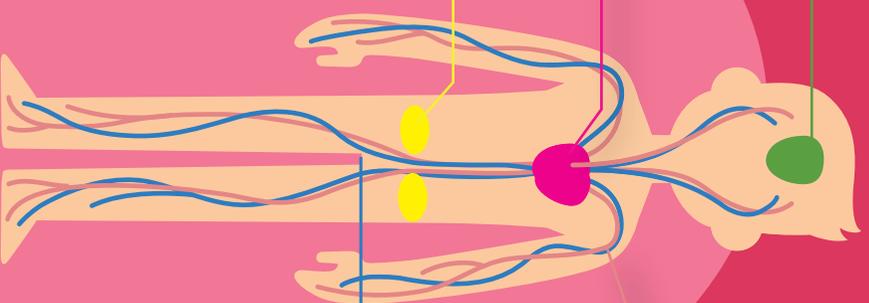
BUMETAMIDE

INDAPAMIDE

HYDROCHLOROTHIAZIDE

SPIRONOLACTONE

EPLERENONE





L'hypertension artérielle (HTA) correspond à une augmentation anormale de la pression du sang sur la paroi des artères qui persiste dans le temps.

Elle est définie par une pression artérielle supérieure ou égale à 140/90 mm Hg mesurée en consultation et persistante dans le temps.

LES CAUSES

Dans la majorité des cas, aucune cause connue n'explique l'apparition d'une HTA mais elle est favorisée par certains facteurs de risque :



- Une alimentation trop riche en sel ;
- La consommation excessive d'alcool ;
- La consommation excessive de réglisse ;
- L'usage prolongé de certains médicaments (ex : anti-inflammatoires) ;
- Un surpoids ou une obésité ;
- Une sédentarité excessive ;
- La consommation de tabac ;
- Un mode de vie source de stress.

LES SIGNES

Dans la plupart des cas, l'HTA est silencieuse et détectée lors d'un examen médical ou d'une consultation pour une autre maladie.

Parfois, des symptômes peu spécifiques permettent d'évoquer le diagnostic :

- Maux de tête à l'arrière du crâne légèrement battants
- Fatigabilité, nervosité, insomnie ;
- Sueurs ;
- Mouches volantes devant les yeux ;
- Saignement de nez.



LA PRISE EN CHARGE DE VOTRE HTA

Faire baisser les chiffres de tension artérielle chez une personne hypertendue apporte de nombreux bénéfices :

- une **réduction du risque d'accident cardiovasculaire** (AVC, infarctus du myocarde) et de survenue d'une insuffisance cardiaque ;
- la **protection des reins et le ralentissement de l'évolution** d'une atteinte rénale évitant ainsi l'insuffisance rénale ;
- l'allongement de l'**espérance de vie**.

LES MESURES HYGIÉNO-DIÉTÉTIQUES



Activité physique régulière et adaptée aux possibilités de chacun



Alimentation équilibrée (riche en fruits et en légumes et limitée en graisses)



Réduction du poids en cas de surcharge pondérale



Apport sodé limité (6-8 g de sel par jour au maximum)



Diminution de la consommation d'alcool



Arrêt du tabac

LES MÉDICAMENTS

Les objectifs tensionnels sont personnalisés et sont fixés par votre médecin.

Votre médecin choisit le traitement en fonction de la sévérité de votre hypertension et de votre risque cardiovasculaire global.

Le choix du traitement prend en compte les contre-indications de chaque patient. Il est difficile de prévoir si un traitement sera efficace pour un patient en particulier : un médicament très efficace pour l'un peut se révéler insuffisant pour l'autre.



Bon à savoir :

Les médicaments contre l'HTA sont pleinement efficaces après 4 à 6 semaines de traitement. Parfois, une fatigue passagère est ressentie en début de traitement.