

Définition : C'est une **tension artérielle élevée** par rapport à la normale, supérieure à « **140 / 80** ».

Plusieurs mesures dans la journée, dans des conditions variées doivent être effectuées chez le patient pour s'assurer d'une hypertension (au repos, avec effort, debout, couché, bras droit, bras gauche).

Souvent on découvre la HTA à la suite d'examens médicaux du patient.

Les facteurs favorisant la HTA :

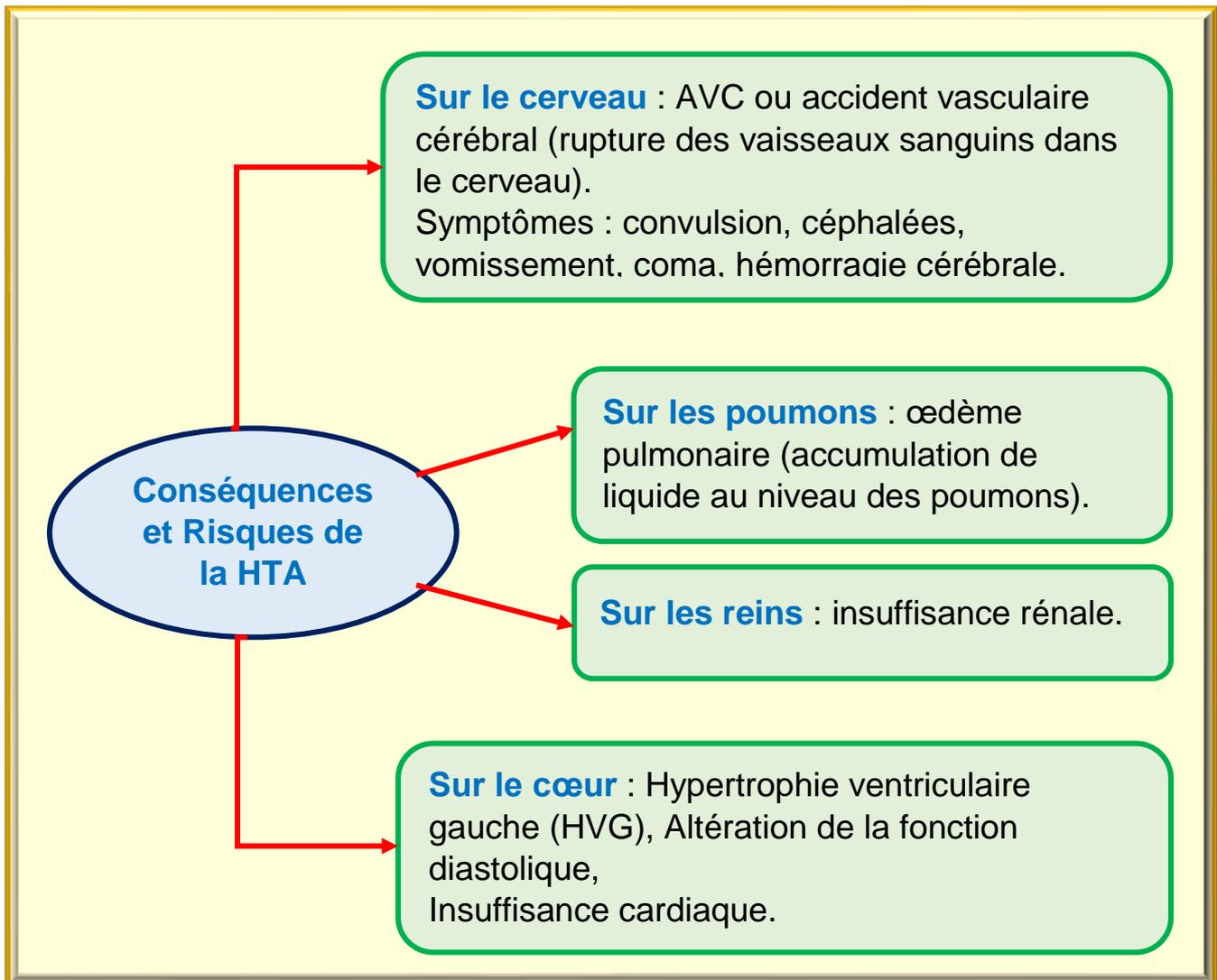
- ⇒ Dérèglement des systèmes de contrôle de la pression artérielle.
- ⇒ Mal fonctionnement des reins : perturbation des flux des sels Na^+ , K^+ , Cl^- , rétention d'eau.
- ⇒ Facteurs héréditaires.
- ⇒ Facteurs environnementaux comme :
 - ✓ Un régime trop salé, l'alcoolisme, le tabagisme.
 - ✓ La grossesse, Les contraceptifs oraux, certains médicaments.
 - ✓ Les chocs émotifs répétés, le stress.
 - ✓ Le surpoids ou obésité, Le manque d'exercice physique, la sédentarité
 - ✓ L'âge, le sexe.

Signes de la HTA :

- ✓ Maux de tête le matin, sur le sommet ou derrière la tête.
- ✓ Etourdissement, fatigue, trouble visuel.
- ✓ Saignement du nez, hémorragie conjonctivale (partie de l'œil).
- ✓ Crampes musculaires, envie fréquente d'uriner ou pollakiurie.
- ✓ Gêne respiratoire ou dyspnée

La HTA est souvent reconnue lors d'un « **accident révélateur** » :

- ☒ **Accident neurologique** : AVC ou accident vasculaire cérébral qui se manifeste par une hémorragie intra cérébral,..
- ☒ **Accident sensoriel** : paralysie des nerfs (ex : paralysie faciale).
- ☒ **Accident cardiaque** : Infarctus du myocarde (crise cardiaque).
- ☒ **Accident rénal** : insuffisance rénale.



Traitements de la HTA :

Sans traitements, les complications peuvent être rénale (insuffisance rénale), cérébrale (hémorragie), cardiaque (infarctus). Deux sortes de traitements

⇒ **Traitements médicaux** : Le traitement a pour but de normaliser la PA afin de prévenir les complications :

- ⌘ Les médecins prescrivent des « **médicaments anti hypertenseurs** ».
- ⌘ La surveillance régulière des traitements est indispensable (prise régulière de la TA jusqu'à la valeur stable inférieure à 14 / 8).
- ⌘ Le patient ne doit jamais arrêter les médicaments prescrits ni diminuer les doses.
- ⌘ Signaler le médecin en cas de symptômes anormaux : mal de tête persistant, saignement de nez, essoufflement, douleur dans la poitrine.

⇒ **Mesures diététiques** : régime peu salé, cure d'amaigrissement pour les obèses, arrêt de la prise d'alcool et de tabac, activités physiques régulières (marche, vélo, natation, ...)