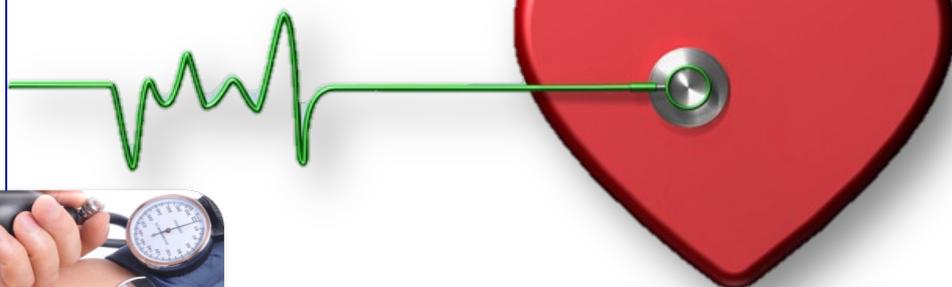


# HYPERTENSION ARTERIELLE

**H.T.A.**



**Dr Burnande RENARD**  
Ministère Tempérance & Santé

## COMMENT DEVIENT-ON HYPERTENDU ?

Généralement l'hypertension artérielle ne provoque pas de symptôme, d'autre fois on peut avoir des maux de tête, des mouches volantes.... Les manifestations peuvent être importantes, en cas de forte poussée de tension.

L'hypertension est fréquemment découverte fortuitement à l'occasion d'une consultation médicale.

Pour affirmer une hypertension, il faut que les deux chiffres de la tension, ou les deux, soient supérieurs à la normale lors de 3 mesures non successives et donc à des moments différents.

- ❑ Très souvent, aucune cause n'est responsable de l'HTA trouvée, on parle d'**HTA essentielle**. Il n'est pas rare, qu'elle soit présente chez d'autres personnes dans la famille.
- ❑ Lors de la découverte d'une hypertension, le médecin peut rechercher une raison particulière, une cause à cette hypertension.
- ❑ Une hypertension peut survenir lors de la grossesse. On parle d'**hypertension gravidique**. La tension doit donc être surveillée durant les neuf mois, au risque de graves problèmes pour le fœtus et la suite de la grossesse.

L'HTA peut se compliquer et c'est ce qui fait sa gravité. Quand la tension est trop élevée, les parois des artères sont trop sollicitées et se fragilisent et peuvent se rompre.

Cela peut arriver n'importe où dans le corps et peut être grave selon l'importance de l'hémorragie et le siège.



## CONSEILS

- Une alimentation saine ( peu salée et peu riche en graisses),
- une hygiène de vie correcte,
- la lutte contre le surpoids,
- une activité physique régulière peuvent retarder la survenue d'une HTA.
- La prise des médicaments régulièrement est indispensable.
- Faites vérifier de temps en temps votre tension artérielle, même si vous ne souffrez d'aucun symptôme.
- Si vous êtes traités et si votre tension est supérieure à 14/9 (quand vous contrôlez vous même votre tension chez vous), consultez afin que votre traitement soit changé.