



## ALLO DOCTEUR

### L'Hypertension artérielle

### Docteur Jacques DAEMS

L'hypertension artérielle est un des principaux facteurs de risque d'accident vasculaire cérébral.

Une nouvelle étude confirme l'importance de maîtriser les deux mesures de la tension artérielle pour la prévention du risque cardio-vasculaire .

Les deux composantes de la pression artérielle:

-La pression systolique (le chiffre le plus élevé quand le cœur se contracte et envoie le sang dans les artères)

-La pression diastolique ( le chiffre le plus bas quand le cœur se relâche et se remplit )

Ces deux chiffres doivent être contrôlés, car prédictifs du risque cardiovasculaire, et ce de façon indépendante.

La dernière étude (36 millions de mesures ) publiée dans le « New England Journal of Medicine », confirme qu'une pression systolique élevée a un effet plus prononcé sur ce risque, une pression diastolique élevée peut également favoriser l'apparition d'accidents cardiovasculaires!

Dans les années 1960 on estimait que seule l'hypertension diastolique augmentait le risque cardiovasculaire. En 2000, c'est au contraire l'hypertension systolique qui est la cible de toutes les attentions

Cette nouvelle analyse démontre de manière convaincante que tant la mesure systolique que la diastolique sont importantes et que chez les personnes en bonne santé générale, plus la pression artérielle est basse, mieux c'est !

En se fondant sur cette étude le seuil de 130/80 mmHg doit être visé pour éviter les complications cardiovasculaires.

Contrôlez régulièrement votre tension artérielle chez votre médecin traitant !