

17 Mai : Journée Mondiale de l'Hypertension Artérielle

A l'occasion de la journée mondiale de l'hypertension artérielle, les équipes du Centre Hospitalier de Saint-Lô proposent des stands d'information le 17 mai à destination du grand public pour rappeler les mesures de prévention à adopter pour limiter le risque de survenue de la maladie ou de complications chez les malades déjà atteints.

L'hypertension artérielle, c'est quoi ?

En France, 17 millions de personnes souffrent d'hypertension artérielle (HTA) et 1,6 million de Français débute un traitement chaque année. Considérée comme maladie ou comme simple facteur de risque, c'est la **maladie chronique la plus fréquente en France** et l'une des principales causes de complications cardiovasculaires (infarctus du myocarde, accident vasculaire cérébral), rénales (insuffisance rénale) ou cognitives (démence...), **en raison de l'absence fréquente de symptômes**. En 2019, l'HTA était le premier facteur de risque de mortalité devant le tabac et le deuxième facteur de risque d'années de vie perdues en bonne santé. Pourtant, une mesure régulière de la pression artérielle (au moins une fois par an) permet un dépistage précoce de la maladie. Malgré les bénéfices démontrés de la prévention du dépistage et de la prise en charge de l'HTA, les indicateurs de prévalence, de dépistage ou de contrôle n'ont pas connu d'amélioration depuis 2006, contrairement à de nombreux pays.

Comment la prévenir ?

Avant l'apparition de la maladie, l'adoption de comportements favorables à la santé notamment une **alimentation équilibrée** riche en fruits et légumes, une **consommation limitée de sel** et d'alcool, la **pratique d'une activité physique régulière**, le contrôle de son poids permettent de limiter la hausse de la pression artérielle et le risque d'HTA.

Une **mesure régulière de la pression artérielle** (au moins une fois par an) est également une mesure préventive importante pour permettre un dépistage précoce de la maladie.

Chez les personnes hypertendues, l'adoption de règles hygiéno-diététiques permet d'aider au contrôle de la pression artérielle. Des traitements pharmacologiques ou interventionnels peuvent également être prescrits pour ramener la pression artérielle en dessous du seuil de 140/90mmHg. Ce contrôle de la pression artérielle permet de limiter le risque de survenue de complications chez les malades permettant ainsi d'allonger l'espérance de vie mais également la qualité de vie des patients hypertendus.

Quelques chiffres

- 17 millions de personnes de plus de 18 ans sont atteintes d'HTA en France dont plus de 6 millions sans le savoir
- 1,6 million de Français initie un traitement antihypertenseur chaque année
- 59 % des hypertendus possèdent un appareil d'automesure tensionnelle
- Moins d'un hypertendu sur 2 déclare avoir reçu un conseil hygiéno-diététique dans l'année
- 1 adulte sur 3 est hypertendu
- 1 patient sur 4 a une pression artérielle contrôlée
- 1 hypertendu sur 2 est traité pharmacologiquement
- La prise en charge pharmacologique chez les femmes s'est dégradée depuis 10 ans avec une moindre proportion de femmes traitées pharmacologiquement

Sources : Santé Publique France

**JOURNÉE MONDIALE DE
L'HYPERTENSION ARTÉRIELLE**

17 mai 2024

CENTRE HOSPITALIER MEMORIAL DE SAINT-LÔ
DE 14H A 17H - Hall d'accueil
STANDS D'INFORMATIONS

DE 14H A 15H : Amphithéâtre Claude Guibé
TEMPS D'ÉCHANGE AVEC UN MÉDECIN SUR L'HTA
(HTA : hypertension artérielle)

PLANETH Patient
GROUPEMENT HOSPITALIER DE TERRITOIRE CENTRE MANCHE

