

# Le conseil du Président

**Bien que proposée depuis longtemps, l'automesure est encore trop peu utilisée par les patients. Mais l'arrivée de l'application suiviHTA et l'avis favorable de la HAS au remboursement d'un tensiomètre devraient faire de 2021 l'année de l'automesure.**

The infographic is a blue rectangular box. At the top left, it says 'infos@tension' in a white rounded rectangle, followed by 'La Lettre d'information de la FRHTA janvier 2021'. Below this is a portrait of Pr Xavier GIRERD, President of the FRHTA, with the text 'Pr Xavier GIRERD Président de la FRHTA'. At the bottom left is the logo of the 'FONDATION DE RECHERCHE SUR L'HYPERTENSION ARTERIELLE'. The main title 'LE CONSEIL DU PRÉSIDENT 2021 l'année de l'automesure de la tension' is in bold blue text. To the right, there are three bullet points in red squares, detailing the 2021 theme, current usage, and recent advances in 2020.

Auteur : Pr Xavier Girerd, Président de la Fondation de Recherche sur l'hypertension artérielle et cardiologue à l'Assistance Publique à Paris.

L'année 2021 sera «l'année de l'automesure de la tension». L'automesure de la tension est proposée dans la prise en charge de l'HTA depuis le début des années 1990 et a été rendue possible par la mise à disposition de tensiomètres automatiques fiables et peu chers.

En France, l'automesure qui consiste à mesurer sa tension 3 fois de suite le matin et le soir pendant 3 jours, est la procédure qui avait été recommandée par le Comité Français de Lutte contre l'HTA en 2001 et qui a été retenue par la Haute Autorité de Santé pour aider le médecin à confirmer l'HTA, à estimer l'efficacité du traitement ou à diagnostiquer un effet blouse blanche ou une hypertension résistante.

Malgré ces recommandations, actuellement l'automesure de la tension n'est utilisée que par une minorité des patients en France car l'achat d'un tensiomètre est à la charge du patient sans remboursement et que la gestion et l'analyse des tensions prend trop de temps au médecin.

Au troisième trimestre de 2020, deux avancées importantes sont intervenues :

- La mise à disposition de l'application suiviHTA qui facilite la réalisation, l'interprétation et le stockage des données de l'automesure. L'usage de l'application est recommandé par la FRHTA, la SFHTA et la Fédération Française des Diabétiques. Elle rend plus facile la réalisation de l'automesure par le patient et son interprétation par le médecin.
- La deuxième avancée est l'avis favorable donné par la Haute Autorité de Santé le 1er décembre 2020 à l'usage d'un autotensiomètre afin de réaliser l'autosurveillance dans le cadre du suivi de la pression artérielle des adultes hypertendus. En pratique, cette décision ouvre la porte au remboursement par l'Assurance Maladie d'un tensiomètre automatique pour les patients hypertendus.

Faisons le vœu que l'année 2021 sera bien celle du démarrage à grande échelle de l'usage de l'automesure de la tension en France.

Pour en savoir plus sur ces avancées concernant l'automesure de la tension, rendez-vous sur le site [FRHTA.ORG](http://FRHTA.ORG)

écoutez