

Le conseil du Pr Xavier Girerd

« La forme d'hypertension dite systolique est fréquente après 70 ans et caractérisée par une tension SYS élevée et variable et une tension DIA normale et peu variable. »

infos@tension
La Lettre d'information de la FRHTA
novembre 2021



Pr Xavier GIRERD
Président de la FRHTA



LE CONSEIL DU Pr XAVIER GIRERD

Tension variable : que faut-il conseiller ?

- Les chiffres de tension mesurés par un tensiomètre automatique sont d'une grande précision et d'une bonne fiabilité. Toutefois, il faut que l'utilisateur vérifie que le brassard est de la bonne dimension par rapport à la taille de son bras.
- La tension est normalement différente à chaque contraction cardiaque, donc il est normal que la tension affichée sur l'écran du tensiomètre soit différente pour le chiffre SYS et le chiffre DIA à chaque affichage.
- Une cause de variations concerne le changement de bras. Pour chaque sujet, il existe un bras avec une tension plus haute.
- Des hypertendus ont une forme d'hypertension dite systolique avec une tension SYS élevée et très variable alors que la tension DIA est le plus souvent normale et très peu variable. Pour ces sujets, le conseil à suivre est de ne pas s'inquiéter et de refaire au moins deux nouvelles mesures de la tension, séparées d'une minute de repos.

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

Dans ce numéro d'infos@tension, je souhaite vous informer sur les raisons d'une tension variable. Avec la démocratisation de l'usage des tensiomètres automatiques, j'entends fréquemment les patients et les médecins me parler de leur perplexité face aux chiffres sans cesse différents qu'affiche le tensiomètre.

La première chose à savoir est que les chiffres de tension mesurés par un tensiomètre automatique sont d'une grande précision et d'une bonne fiabilité. Toutefois, il faut que l'utilisateur vérifie que le brassard est de la bonne dimension par rapport à la taille de son bras et rappelons que le brassard de bras sur lequel est inscrit 22-42 cm va convenir à 95 % de la population vivant en France.

Si le bras est très mince, il faut utiliser un brassard de moins de 22 cm, si le bras est très volumineux il faudra utiliser un brassard de plus de 42 cm.

Pour le tensiomètre de poignet, il faut s'assurer que l'écran est bien positionné sur le côté paume de la main car sinon les mesures risquent d'être de mauvaise qualité et sont alors le plus souvent plus hautes qu'en vérité.

La deuxième chose est que la tension est normalement différente à chaque contraction cardiaque, donc il est normal que la tension affichée sur l'écran du tensiomètre soit différente pour le chiffre SYS et le chiffre DIA à chaque affichage.

La troisième cause de variations concerne le changement de bras. Pour chaque sujet, il existe un bras avec une tension plus haute. Ces différences sont faibles et ce n'est que s'il existe une différence de plus de 30 pour la tension SYS qu'une recherche d'une sténose sur une artère doit être réalisée.

La quatrième cause est la variation de la tension SYS pouvant dépasser 20 d'une mesure à l'autre alors que le sujet est resté au calme et au repos. Cette variation est plus fréquemment observée chez les sujets ayant des artères ayant perdu la souplesse de leur paroi. Cela est rencontré chez beaucoup de sujets qui sont déjà connus et soignés pour une Hypertension Artérielle (sujet âgé de plus de 70 ans, sujet diabétique, sujet tabagique, sujet avec athérosclérose évoluée, sujet avec maladie rénale à un stade avancé). Ces hypertendus ont une forme d'hypertension dite systolique avec une tension SYS élevée et très variable alors que la tension DIA est le plus souvent normale et très peu variable.

Ces patients sont plus souvent sujets à des poussées de tension qui parfois s'accompagnent de symptômes comme des maux de tête et/ou des bouffées de chaleur. Pour ces sujets, le conseil à suivre est de ne pas s'inquiéter et de refaire au moins deux nouvelles mesures de la tension séparées d'une minute de repos.

En un mot, en cas de mesure élevée de la tension, il ne faut pas tenir compte du résultat d'une seule mesure et il faut refaire d'autres mesures.

Pour être aidé dans la façon de bien utiliser son tensiomètre automatique et obtenir un conseil concernant les chiffres de sa tension, utilisez l'application depistHTA mise au point par la FRHTA.

Pour télécharger gratuitement depistHTA rendez-vous sur depisthta.net