



Action de dépistage de la tension

« MaTension@LaPhoto[®] »

A l'occasion de la Journée Mondiale de l'Hypertension le 17 mai 2022, la Fondation de Recherche sur l'Hypertension Artérielle (FRHTA) et la Société Suisse d'Hypertension (SSH) organisent une action de dépistage ludique de la tension auprès du grand public appelée : « MaTension@LaPhoto[®] ».

Qui peut participer à cette action de dépistage ?

Tout le monde ! Il suffit d'utiliser un tensiomètre automatique.



Comment participer à l'action MaTension@LaPhoto[®] ?

Le participant doit réaliser une mesure de tension en utilisant un tensiomètre automatique, assis au repos, sans parler, sans fumer.

Puis il prend en photo l'écran du tensiomètre (avec les chiffres de sa tension affichés) ou réalise une capture d'écran de son application dédiée.

Les chiffres SYS et DIA devront être bien lisibles sur la photo.

Enfin, il envoie par mail la photo à l'adresse :

matension@laphoto.net

Pour valider sa participation, le participant devra répondre à quelques questions (âge, sexe, éventuel traitement antihypertenseur en cours) et accepter le règlement.

La FRHTA vérifiera la validité de la photo et attribuera un numéro de participation qui sera envoyé par mail.

Comment se déroule la partie ludique ?

Chaque photo se verra attribuer un numéro de participation par mail après vérification par la FRHTA de la validité : au moins un chiffre SYS et un chiffre DIA exprimés en mmHg et lisibles.

Les titulaires des photos portant le numéro 100, 200, 300, 400 ou 500 recevront secondairement un bon d'achat valeur de 100 €.



Fondation de Recherche sur l'Hypertension Artérielle

5 rue des Colonnes du Trône 75012 Paris

Tél. 01 43 87 81 86

www.frhta.org

Pourquoi faut-il mesurer sa tension régulièrement ?

L'hypertension artérielle touche 15 millions d'adultes en France, dont 5 millions ignorent qu'ils sont hypertendus. Si elle n'est pas ou mal prise en charge, les conséquences de l'hypertension peuvent être graves : AVC, maladies cardiovasculaires, maladies rénales.

L'obésité et les maladies métaboliques s'accompagnent fréquemment d'une hypertension artérielle.

La mesure de la tension permet de dépister l'hypertension artérielle qui est le plus souvent une maladie silencieuse. Prendre cette précaution devrait concerner tous les adultes à partir de 30 ans (mesure au moins 1 fois par an) et dès l'âge de 20 ans en cas de facteur favorisant (prise de poids récente et manger du sel en excès).

A travers l'action **MaTension@LaPhoto**, les organisateurs souhaitent sensibiliser la population générale de façon originale à l'importance d'une **mesure régulière de sa tension** car une tension trop élevée lors d'un dépistage peut être le signal d'une hypertension artérielle nécessitant de suivre un traitement qui protège contre les maladies cardio-vasculaires.

Grâce à la mise à disposition auprès du public de tensiomètres automatiques, la mesure de la tension peut être réalisée par tout adulte sans l'aide obligatoire d'un professionnel de santé. Pour aider le public au bon usage d'un tensiomètre et à l'interprétation des chiffres de la tension, la FRHTA met à la disposition gratuitement des informations sur son [site internet](#), une [chaîne vidéo](#) et un répertoire de [podcasts](#).

Pour interpréter les chiffres de la tension : la FRHTA a mis au point [le test d'autodépistage](#) et [l'application depistHTA](#)

Contact : Constance Medvedeff

c.medvedeff@frhta.org

Tél. 07 63 73 70 96

L'action de dépistage MaTension@LaPhoto a été imaginée et mise en forme par le Pr Xavier Girerd et Constance Medvedeff et ses modalités de réalisation ont été déposées à l'INPI en mai 2022. Toute reproduction de l'action en France ou à l'étranger pour l'hypertension artérielle ou toute autre pathologie devra faire l'objet d'un accord auprès des auteurs.



Fondation de Recherche sur l'Hypertension Artérielle

5 rue des Colonnes du Trône 75012 Paris

Tél. 01 43 87 81 86

www.frhta.org