



**Pr Xavier GIRERD**  
Président de la FRHTA



## LE CONSEIL DU PR XAVIER GIRERD

### Chez l'hypertendu, un mauvais sommeil peut participer à augmenter le risque de l'hypertension artérielle.

- Pour évoquer le syndrome d'apnée obstructive du sommeil il faut reconnaître certains signes : le plus évocateur est la survenue de pauses respiratoires de 10 à 30 secondes plusieurs fois par heure pendant le sommeil.
- Le diagnostic d'apnée du sommeil doit toujours être confirmé par un enregistrement du sommeil qui permet de préciser le degré de sévérité et de proposer le traitement le plus adapté.
- L'avis d'un spécialiste est nécessaire pour prendre en charge cette maladie respiratoire qui peut concerner tous les hypertendus mais qui est plus fréquente chez les hommes en surpoids.
- lorsqu'un même sujet présente des insomnies et une apnée du sommeil (maladie appelée CoMISA), il est noté un doublement du risque de survenue d'une hypertension artérielle et une augmentation du risque de complications cardiovasculaires.