

Les questions de Lord SLIM



Pourquoi m'avez-vous conseillé un régime il y a 10 ans, lorsque vous avez découvert mon hypertension artérielle ?

MEDECIN : Lorsque l'on découvre une hypertension artérielle, on commence toujours par proposer des mesures diététiques et d'hygiène de vie. Chez certains patients, la perte de quelques kilos, un retour à une consommation modérée d'alcool, la reprise d'une activité physique plus régulière, suffisent à guérir l'hypertension artérielle. Cela vaut toujours le coup d'être essayé. Mais, Lord SLIM, si vous étiez revenu me voir, même sans avoir suivi mes conseils, je vous aurais soigné par d'autres moyens.

Et maintenant, après cet accident, il faut que je fasse un régime sans sel ?

MEDECIN : Le régime sans sel était imposé, autrefois, lorsqu'il n'y avait pas de médicaments actifs pour traiter l'hypertension artérielle. Aujourd'hui on n'impose plus un régime sans sel aux hypertendus car les médicaments sont suffisamment actifs pour contrôler la tension. Il est simplement recommandé d'enlever la salière de la table et de savoir dépister les aliments qui contiennent du sel caché.

En effet, dans la préparation de certains aliments, des quantités de sel non négligeables sont ajoutées pour en améliorer le goût ou la conservation.

Ce sel caché se trouve surtout dans les conserves, les plats préparés, les sauces industrielles et aussi dans les charcuteries et les fromages.



Faut-il que j'arrête totalement l'alcool ?

MEDECIN : Il est possible de boire de façon modérée de l'alcool lorsque l'on est traité pour une hypertension artérielle. Mais il ne faut pas dépasser trois verres par jour de vin. Pour l'apéritif et les digestifs, leur consommation doit être exceptionnelle car l'action des médicaments contre la tension est le plus souvent réduite lorsque la quantité d'alcool est importante.

Ma tension a été provoquée par mon accident cérébral car avant j'étais en pleine forme !

MEDECIN : Non, car l'hypertension artérielle est une maladie qui pendant longtemps ne se voit pas. Mais si on ne prend pas de médicaments pendant cette " période invisible ", un jour des maladies très handicapantes surviennent. C'est le risque d'être paralysé d'un bras ou d'une jambe, ou d'avoir le souffle court parce que le cœur ne fonctionne plus correctement. C'est pour cela qu'il faut traiter l'hypertension artérielle avant qu'elle ne provoque ces complications graves. Mais après l'accident, il est encore temps de donner un traitement, car celui-ci va éviter qu'un deuxième accident ne survienne.

Je peux faire du sport avec mon hypertension artérielle ?

MEDECIN : Le sport est recommandé chez les hypertendus, quel que soit leur âge. Les sports d'endurance sont les plus bénéfiques et il est conseillé de faire du jogging, de la natation ou du vélo. Faire 20 minutes de marche au moins 3 fois par semaine a montré son intérêt pour aider au contrôle de l'hypertension.



Si j'arrête de prendre mon traitement, qu'est ce que je risque ?

MEDECIN : Les médicaments de l'hypertension, lorsqu'ils sont pris tous les jours sans faute, permettent le contrôle de la tension. Si je manque mon traitement un jour, ma tension, qui était normale avec le traitement, va remonter progressivement. Cela peut prendre quelques jours ou quelques semaines, on ne le sait pas d'avance, mais presque toujours on redevient un hypertendu. C'est même le problème les jours où l'on oublie de prendre ses médicaments car on ne sent rien et on peut se dire "Je suis guéri"... Et bien, c'est presque toujours faux car les médicaments contre la tension ne savent pas guérir, ils savent seulement soigner.

C'est long de trouver l'équilibre pour sa tension avec des médicaments ?

MEDECIN : De nombreux médicaments permettent d'équilibrer la tension. Si tous ces médicaments ont montré une efficacité pour traiter l'hypertension artérielle, il est probable que pour votre hypertension, Lord Slim, certains médicaments marcheront mieux que d'autres. Il va falloir faire plusieurs essais avant de trouver le médicament qui sera le plus efficace et qui ne provoquera pas d'effets indésirables.

Je veux des médicaments sans effets indésirables !

MEDECIN : Ces médicaments provoquent parfois d'autres effets que celui de faire baisser la tension. Ces effets ne sont pas les mêmes selon les médicaments utilisés. C'est pour cela que si un effet indésirable survient, il y a toujours la possibilité de modifier le traitement. Il faut me prévenir si vous supportez mal le médicament que je vais vous donner, je changerai alors votre traitement et tout rentrera dans l'ordre.

Donnez moi un médicament sans effet néfaste sur la sexualité.

MEDECIN : Les médicaments les plus récents n'ont aucune action défavorable sur la sexualité. Les médecins prescrivent à faibles doses ceux qui étaient connus pour provoquer des effets sur la sexualité. Si le traitement provoquait des troubles sur votre sexualité, il faudrait m'en parler. Nous trouverions le moyen de surmonter ce problème.

