

Pharmacie clinique

HYPERTENSION ARTERIELLE ACCOMPAGNEMENT THERAPEUTIQUE

Conseils généraux



- Savoir que:
 - Même si l'HTA ne se ressent pas, elle peut être responsable de complications cardiovasculaires
 - 1^{ère} ligne de traitement : règles hygiéno-diététiques
 - Si la tension se normalise, ne pas arrêter le traitement ni les règles hygiéno-diététiques
 - Une surveillance régulière de la PA devra être réalisée pour évaluer l'efficacité du traitement
 - Une auto mesure à domicile peut être réalisée avec un auto-tensiomètre MAIS la posologie ne doit pas être adaptée en fonction par le patient

Auto-mesure tensionnelle :

- HTA si **PAS \geq 135 mmHg et/ou PAD \geq 85 mmHg**
- mesure électronique avec brassard validé et adapté* après repos de quelques minutes

*liste sur le site de l'ANSM



Préférer le brassard



- « règle des 3 »
 - 3 mesures matin et soir
 - 3 jours de suite
 - 3 jours avant la consultation
- Comment :
 - Relaxé
 - Pas de café (1h avant), de tabac (15 min avant)
 - Bras soutenu à hauteur du cœur
 - Vêtements enlevés au niveau du bras



RELEVÉ D'AUTOMESURE TENSIONNELLE

Pour affirmer le diagnostic d'une hypertension artérielle et pour mettre en place un traitement adapté et efficace, le médecin propose la réalisation d'un relevé d'automesure par le patient lui-même. En effet, la tension artérielle d'une personne en bonne santé n'est pas stable. Elle fluctue en fonction de l'environnement. Émotion, stress, activité physique... influent directement sur la pression artérielle.



QUAND EFFECTUER LA MESURE DE VOTRE TENSION ?

La règle des **3 mesures** :

- La tension artérielle est mesurée **3 fois le matin** au début du petit-déjeuner avant toute prise de médicaments et **3 fois le soir** avant le coucher (avec un intervalle de 2 minutes entre chaque mesure) ;
- Pendant **3 jours consécutifs**.

Modalités de mesure de la tension : en position assise, après 5 minutes de repos.



COMMENT REMPLIR LE RELEVÉ D'AUTOMESURE TENSIONNELLE ?

Inscrivez **tous les chiffres** qui apparaissent sur l'écran du tensiomètre pour la pression systolique et diastolique.

- **Systolique** = pression systolique = pression maximum
- **Diastolique** = pression diastolique = pression minimum

Calculez votre **moyenne** :

- moyenne systolique > additionnez l'ensemble des mesures systoliques et divisez par 18
- moyenne diastolique > additionnez l'ensemble des mesures diastoliques et divisez par 18

En cas de doute, votre médecin effectuera cette moyenne.

	JOUR 1		JOUR 2		JOUR 3	
	systolique	diastolique	systolique	diastolique	systolique	diastolique
Matin						
Mesure 1						
Mesure 2						
Mesure 3						
Soir						
Mesure 1						
Mesure 2						
Mesure 3						

MOYENNE SYSTOLIQUE	MOYENNE DIASTOLIQUE

Nom : _____ Prénom : _____

Période du relevé : du _____ au _____

Traitement : _____

1 Montrez ce document à votre médecin lors de la prochaine consultation

Nom : Prénom :

Période du relevé : du au

Traitement :

Cachet de l'officine

Important : Montrer ce document

- **au pharmacien lors de votre venue à l'officine**
- **au médecin à la prochaine consultation**

RELEVÉ D'AUTOMESURE TENSIONNELLE

3 mesures consécutives (à quelques minutes d'intervalle) le matin avant le petit déjeuner
3 mesures consécutives (à quelques minutes d'intervalle) le soir entre le dîner et le coucher
3 jours de suite

Inscrivez **tous les chiffres** qui apparaissent sur l'écran du tensiomètre

Jour 1	Matin			Soir		
	systolique	diastolique	pouls	systolique	diastolique	pouls
Mesure 1	----	----		----	----	
Mesure 2	----	----		----	----	
Mesure 3	----	----		----	----	

Jour 2	Matin			Soir		
	systolique	diastolique	pouls	systolique	diastolique	pouls
Mesure 1	----	----		----	----	
Mesure 2	----	----		----	----	
Mesure 3	----	----		----	----	

Jour 3	Matin			Soir		
	systolique	diastolique	pouls	systolique	diastolique	pouls
Mesure 1	----	----		----	----	
Mesure 2	----	----		----	----	
Mesure 3	----	----		----	----	

MOYENNE SYSTOLIQUE	MOYENNE DIASTOLIQUE

Autotensiomètre

Marque : Modèle :

poignet

bras

Suivi de l'efficacité du traitement et de sa bonne tolérance



- Efficacité du traitement:
 - Chiffres tensionnels dans la cible
 - Rappel au besoin des règles hygiéno-diététiques
 - Suivi de l'adhésion au traitement (observance et persistance)
 - Signes de détérioration (autres que tensionnels):
 - Cliniques : céphalées, malaise
 - Biologiques : aggravation de la fonction rénale
- Tolérance au traitement
 - Vérifier s'il n'y a pas d'hypotension (surtout sujet âgé).
 - Surtout sujet âgé
 - Le patient doit savoir reconnaître les signes : vertiges, lipothymie, surtout au lever
 - Conseil: levé en 2 voire 3 temps
 - Identifier les signes cliniques spécifiques de mauvaise tolérance
 - IEC : toux sèche
 - Bêtabloquants : bradycardie, dysfonction érectile
 - Spironolactone: gynecomastie
 - Surveiller les paramètres biologiques (ionogramme 1 fois / an)
 - Kaliémie / Natrémie
 - Créatininémie et DFG

HTA : Quel regard du pharmacien ?

Maladie chronique

Importance des règles hygiéno-diététiques

1^{ère} ligne de la stratégie thérapeutique
Objectiver la dépendance, optimiser les substituts

Importance du traitement

Comprendre l'intérêt d'associer plusieurs traitements,
Comprendre le bénéfice engendré par le traitement

Importance d'une bonne adhésion

Au traitement
Aux règles hygiéno-diététiques

Importance du suivi

Savoir s'écouter :

- Aggravation de l'HTA: mal de tête, vertiges..
- Identifier une hypotension

Savoir se surveiller :

- Auto mesure, fonction rénale, levé en 3 temps..

HTA : Quel regard du pharmacien ?

Maladie chronique

**Importance des règles
hygiéno-diététiques**

1^{ère} ligne de la stratégie thérapeutique
Objectiver la dépendance, optimiser les substituts

**Importance du
traitement**

Comprendre l'intérêt d'associer plusieurs traitements,
Comprendre le bénéfice engendré par le traitement

**Importance d'une
bonne adhésion**

Au traitement
Aux règles hygiéno-diététiques

Importance du suivi



**Objectifs
thérapeutiques**

Savoir s'écouter :

- Aggravation de l'HTA: mal de tête, vertiges..
- Identifier une hypotension

Savoir se surveiller :

- Auto mesure, fonction rénale, levé en 3 temps..

**Normaliser les pressions artérielles
Prévenir les complications cardiovasculaires
Réduire la morbi-mortalité**