

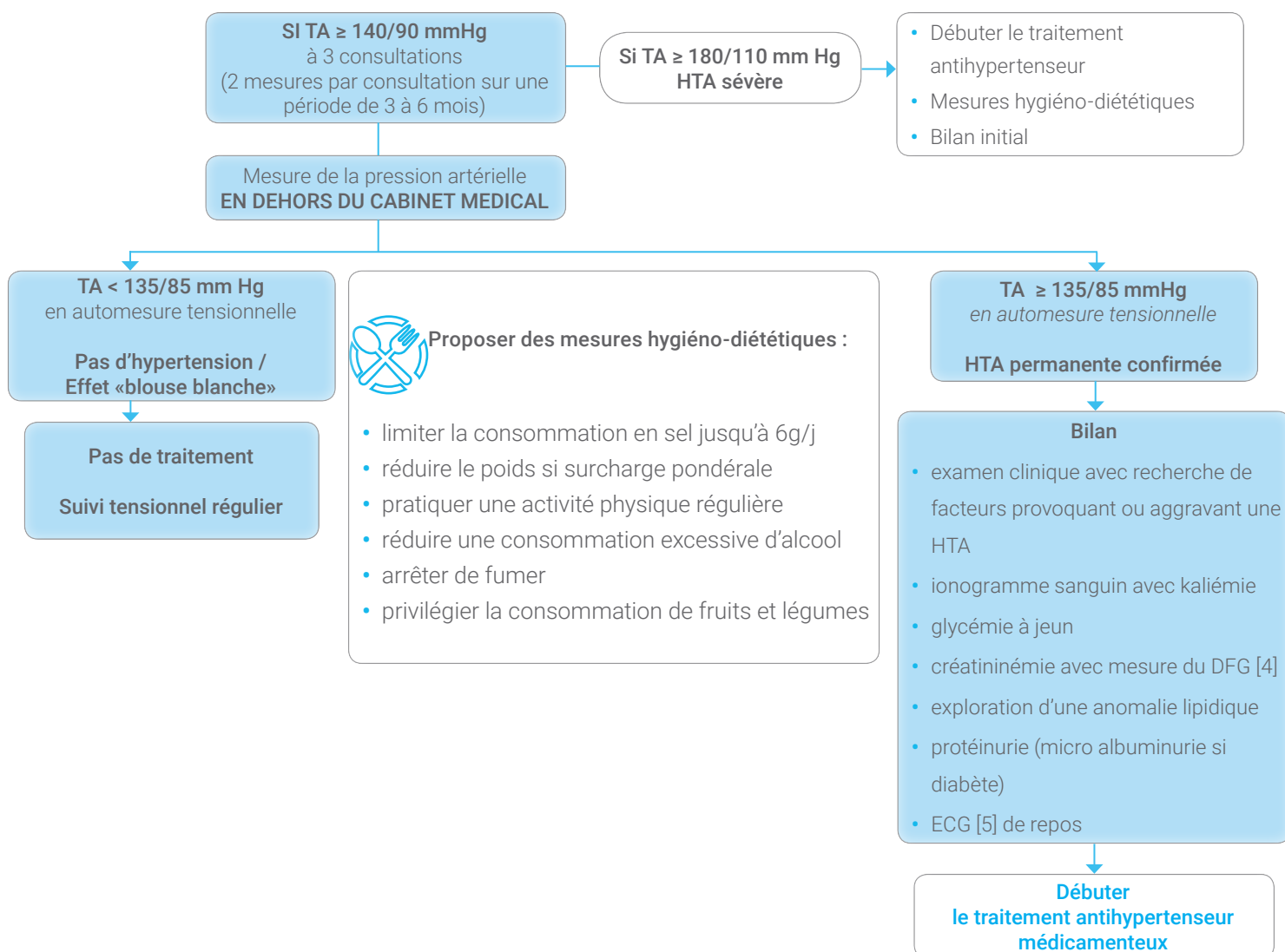
## MESURE DE LA PRESSION ARTÉRIELLE EN DEHORS DU CABINET MÉDICAL



La mesure de la pression artérielle (PA) en dehors du cabinet médical est recommandée en cas de suspicion d'hypertension artérielle (HTA) légère à modérée afin de confirmer l'HTA permanente. Elle permet de repérer l'effet « blouse blanche » et d'éviter l'instauration d'un traitement médicamenteux inutile.



### DIAGNOSTIC ET PRISE EN CHARGE DE L'HYPERTENSION ARTÉRIELLE





## APRÈS AVIS DE LA HAS



### Recommandations pour la mesure de la pression artérielle au cabinet médical

- Chez un patient en position assise ou couchée, **au repos depuis quelques minutes**.
- Au moins **2 mesures par consultation avec un brassard adapté à la taille du bras**.
- Lors de la première consultation, **une mesure à chaque bras**.

En cas d'asymétrie tensionnelle, les mesures sont faites sur le bras où la valeur est la plus élevée.

- Avec recherche systématique d'une **hypotension orthostatique** (particulièrement chez le sujet âgé et le patient diabétique ou porteur d'une maladie rénale).
- Le chiffre retenu est la moyenne des mesures effectuées.



### Automesure tensionnelle à domicile, ce qu'il faut retenir

- Mesurer la pression artérielle en dehors du cabinet médical s'effectue dans des **conditions habituelles de vie**.
  - Elle permet un **grand nombre de mesures**, améliorant l'estimation de la pression artérielle (PA).
  - Elle est **mieux corrélée à l'atteinte des organes cibles et prédit mieux le risque cardiovasculaire** que la mesure lors d'une consultation.
  - Les **seuils de la PA systolique et diastolique définissant l'HTA sont plus bas** que ceux des mesures au cabinet médical.
- Le seuil de l'HTA est de 135/85 mmHg pour l'automesure tensionnelle (moyenne des mesures).
- Lors du prêt de l'appareil d'automesure, **le patient doit être éduqué** aux gestes de l'automesure.



### Les informations indispensables pour le patient :

- **Prendre la mesure en bonne position** : position assise, après 5 minutes de repos, en maintenant le brassard huméral à hauteur du cœur pendant les mesures successives.
- **Respecter la règle des 3** :
  - mesurer la PA 3 fois le matin, avant le petit déjeuner et 3 fois le soir avant le coucher avec au moins une minute d'intervalle entre chaque mesure,
  - ne pas utiliser l'appareil à d'autres moments que le matin et le soir,
  - pendant 3 jours.
- **Les mesures peuvent être automatiquement enregistrées**, puis consultables par le médecin sur son ordinateur.
- Ne pas utiliser l'appareil pour mesurer la PA de son entourage.

#### Sources :

Recommandation de la SFHTA sur les mesures de la pression artérielle pour le diagnostic et le suivi du patient hypertendu, novembre 2011 : [http://www.sfhta.eu/wp-content/uploads/2012/08/SFHTA\\_Recommandations\\_Mesure-nov2011.pdf](http://www.sfhta.eu/wp-content/uploads/2012/08/SFHTA_Recommandations_Mesure-nov2011.pdf)  
Recommandation SFHTA sur la prise en charge de l'hypertension artérielle de l'adulte, janvier 2013 : <http://www.sfhta.eu/wp-content/uploads/2012/12/Recommandation-SFHTA-2013-Prise-en-charge-HTA-de-l'Adulte.pdf>

[1] [www.has-sante.fr](http://www.has-sante.fr)

[2] Société Française d'Hypertension Artérielle

[3] Collège de la Médecine Générale

[4] Débit de filtration glomérulaire

[5] Electrocardiogramme