

Tableau 2

Valeurs cibles de pression artérielle

| ÉTAT PATHOLOGIQUE | CIBLE PAS/PAD* mmHg |
|---------------------------------|------------------------|
| Hypertension systolodiastolique | < 140/90 |
| Hypertension systolique isolée | < 140 |
| Diabète | < 130/80 |
| Néphropathie | < 130/80 |
| Protéinurie > 1g/jour | < 125/75 |

*PAS : pression artérielle systolique PAD : pression artérielle diastolique

Tableau 3

Impact des modifications du mode de vie sur la pression artérielle des hypertendus

| DESCRIPTION | OBJECTIF | DIMINUTION DE LA PAS/PAD* mmHg |
|-----------------------|------------------------------|--------------------------------|
| Apport sodique | ↓ 100 mmol par jour | - 5,8 / - 2,5 |
| Poids | Perte de 4,5 kg | - 7,2 / - 5,9 |
| Consommation d'alcool | ↓ 2,7 consommations par jour | - 4,6 / - 2,3 |
| Exercice | Trois fois par semaine | - 7,4 / - 5,8 |
| Diète | Régime DASH | - 11,4 / - 5,5 |

*PAS : pression artérielle systolique PAD : pression artérielle diastolique

Tableau 4

Associations utiles de médicaments antihypertenseurs

Pour un EFFET HYPOTENSEUR ADDITIONNEL dans le cadre d'une bithérapie, associer un agent de la colonne 1 à l'un des agents de la colonne 2

Colonne 1

- Diurétique thiazidique
- Bloqueur des canaux calciques à longue durée d'action*

Colonne 2

- Bêtabloquant*
- Inhibiteur de l'ECA
- ARA

* Des précautions doivent être prises au moment d'associer un bloqueur des canaux calciques (BCC) non dihydropyridinique et un bêtabloquant.

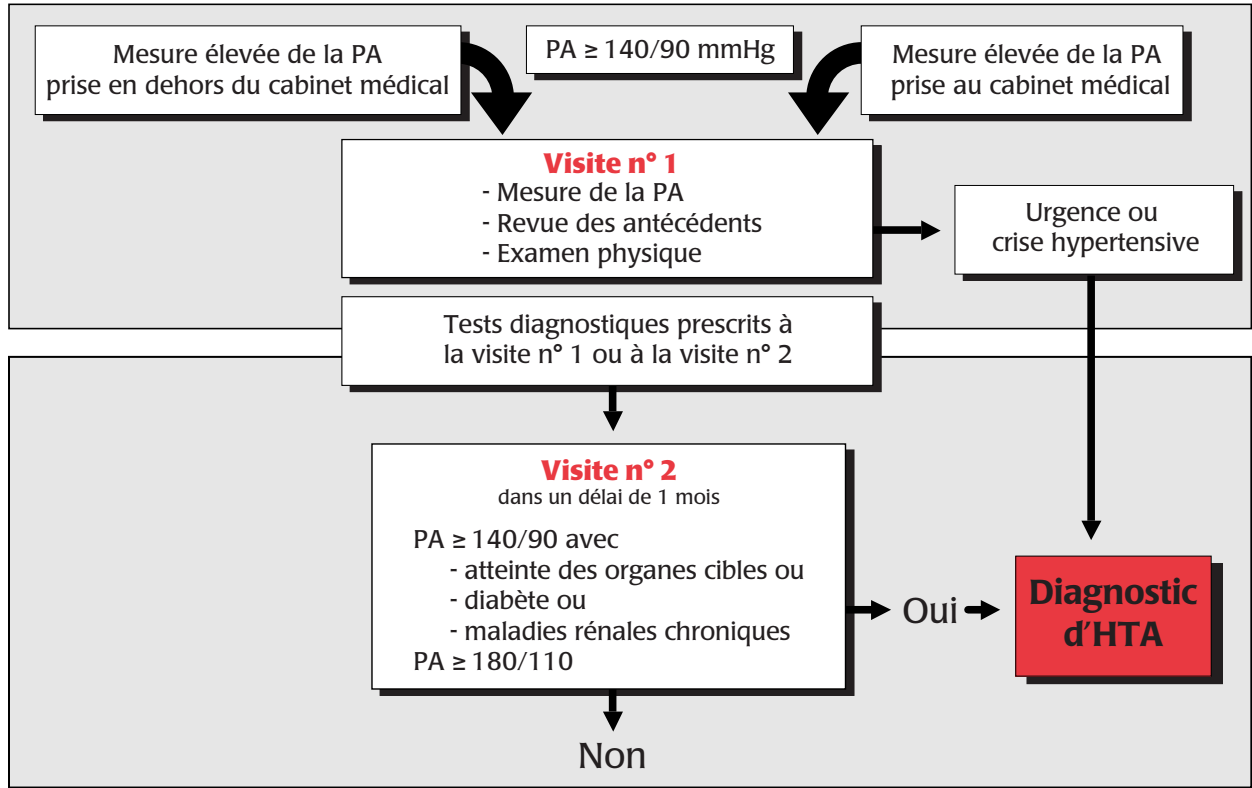
Tableau 5

Recommandations visant à améliorer l'observance des traitements antihypertenseurs par les patients

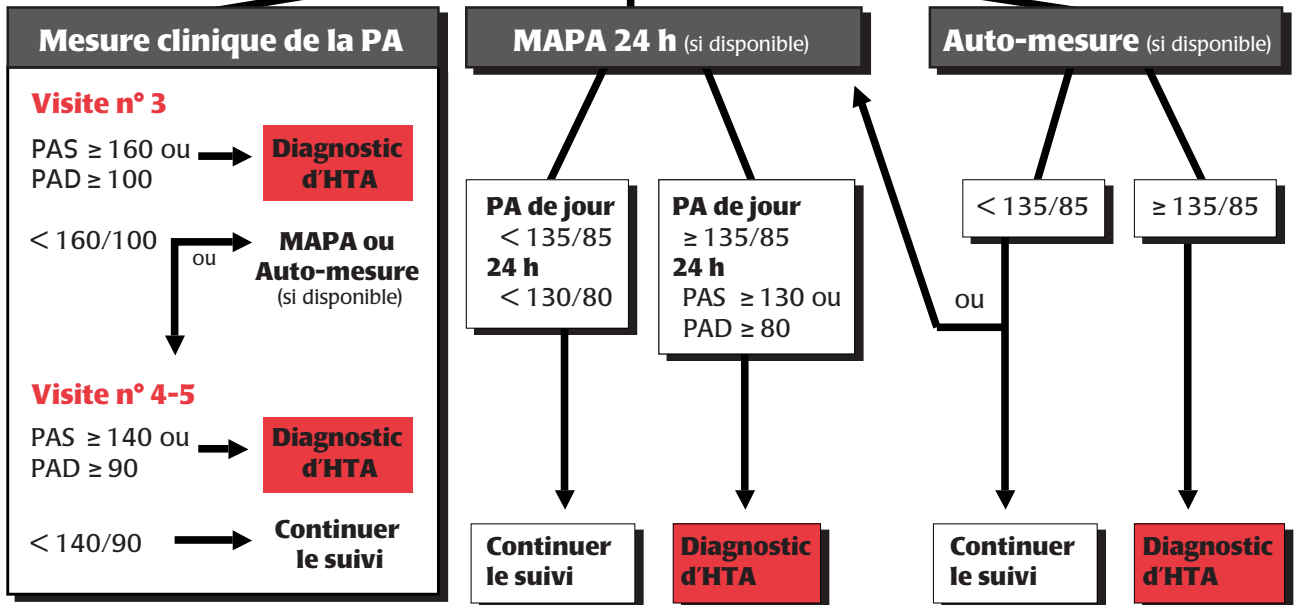
L'observance peut être améliorée par une approche sur plusieurs fronts :

- Évaluer l'observance des **traitements pharmacologiques et non pharmacologiques à chaque visite.**
- Simplifier la posologie en adoptant la **dose quotidienne unique.**
- Adapter la prise des pilules aux **habitudes quotidiennes du patient.**
- **Encourager une plus grande responsabilisation/autonomie** des patients dans le contrôle de leur pression artérielle et dans l'ajustement de leurs prescriptions.
- **Renseigner les patients et leur famille sur la maladie et le programme de traitement.**

Figure 1 : Évaluation et diagnostic accélérés des patients faisant de l'hypertension : utilisation de technologies validées pour l'évaluation de la pression artérielle (PA)



PA comprise entre 140/90 et 179/109



PA : pression artérielle, HTA : hypertension artérielle, PAS : pression artérielle systolique, PAD : pression artérielle diastolique
 MAPA : mesure ambulatoire de la pression artérielle