

Lancement de la Campagne nationale sur la tension artérielle de la Fondation Suisse de Cardiologie

# Mesurer sa tension artérielle – Il faut y penser!



La Campagne nationale sur la tension artérielle débutera le 27 mai sur la Place du Palais fédéral à Berne par une information aux médias et une action de mesure de la tension pour les parlementaires et la population. La Fondation Suisse de Cardiologie veut attirer l'attention de la population de tout le pays sur l'importance des valeurs tensionnelles et de leur mesure annuelle. La campagne est placée sous le patronage de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) et de la Fédération des médecins suisses (FMH).

Heinrich Mattle<sup>a</sup>,  
Jürg Nussberger<sup>b</sup>,  
Caroline Hobi<sup>c</sup>,  
Therese Junker<sup>d</sup>

a Prof., Clinique universitaire de Neurologie, Hôpital de l'Île, Berne, membre du Conseil de fondation et président de la Commission attaque cérébrale de la Fondation Suisse de Cardiologie

b Prof., CHUV, Lausanne, président de la Société Suisse d'hypertension et membre du groupe de projet Campagne nationale sur la tension artérielle de la Fondation Suisse de cardiologie

c Dr phil., Fondation Suisse de Cardiologie, responsable projet Programmes

d Fondation Suisse de Cardiologie, directrice

\* Société Suisse de Médecine Générale (SSMG), Société Suisse de Médecine Interne (SSMI), Société Suisse d'Hypertension (SSH), Société Suisse de Cardiologie (SSC), Groupe suisse de travail pour les maladies cérébro-vasculaires (GSC)

Correspondance:  
Dr phil. Caroline Hobi  
Fondation Suisse de Cardiologie  
Schwarztorstrasse 18  
CH-3000 Berne 14  
Tél. 031 388 80 96  
Fax 031 388 80 88

hobi@swissheart.ch

www.swissheart.ch

Parmi les facteurs de risque bien connus des maladies vasculaires, l'hypertension artérielle a une importance particulière. Dans pratiquement chaque affection vasculaire, elle est un facteur de risque, notamment pour ce qui est de l'attaque cérébrale, mais aussi pour les maladies touchant le cœur et les reins. Près d'un patient sur deux en cabinet médical est hypertendu [1]. Sur 1000 patients représentatifs issus de 20 cabinets médicaux suisses, une étude bâloise a montré qu'il y avait 46% d'hypertendus [2]. Le pourcentage d'hypertendus croît avec l'âge. 39% des hommes de 55 ans et 32% des femmes ont une hypertension et après 75 ans ce sont même 54% des hommes et 55% des femmes [3]. Les personnes qui reçoivent des médicaments anti-hypertenseurs ne sont en Suisse que 9% chez les hommes et 11% chez les femmes, soit à peine la moitié de ceux qui ont été médicalement diagnostiqués comme hypertendus [4]. Ces chiffres sont préoccupants et appellent des mesures de prévention et de traitement ciblées. C'est l'objectif que vise la Campagne nationale de la Fondation Suisse de Cardiologie en collaboration avec plusieurs sociétés médicales spécialisées\* et la Société Suisse des pharmaciens pharmasuisse.

## Les objectifs de la campagne

Les conséquences d'une hypertension non ou mal traitée sont graves, les plus fréquentes étant l'attaque cérébrale, l'infarctus du myocarde, l'angine de poitrine, l'insuffisance cardiaque et l'insuffisance rénale. Les médecins disposent aujourd'hui pour traiter l'hypertension, à côté de mesures non médicamenteuses, d'un arsenal de substances actives et de médicaments aux modes d'action différents qui permettent presque toujours d'obtenir la baisse tensionnelle désirée, souvent sans effets secondaires. On est d'autant plus étonnés de voir le grand nombre de personnes qui ne prennent pas régulièrement leur tension ou qui négligent des valeurs tensionnelles élevées, et de voir encore le pour-

centage, à ne pas sous-estimer non plus (jusqu'à 50%), d'hypertendus recensés dont la tension n'est pas suffisamment abaissée. La campagne s'est donc fixé les objectifs suivants:

### Pour la population

- Les habitants de notre pays prennent conscience que l'hypertension artérielle est un important facteur de risque d'attaque cérébrale et d'autres maladies cardio-vasculaires.
- Ils savent ce que signifie une tension artérielle élevée et comment on la reconnaît.
- Ils savent l'importance d'une mesure régulière de la tension artérielle.
- Ils ont pris conscience qu'un mode de vie sain peut faire baisser la tension artérielle.
- Ils consultent leur médecin en cas de tension élevée et prennent régulièrement les médicaments prescrits.

### Pour les fournisseurs de soins de base

- Les fournisseurs de soins de base prennent régulièrement la tension artérielle de leurs patients.
- Ils donnent au traitement antihypertenseur de leurs patients une haute priorité.

### www.campagne-tension-arterielle.ch

Informations sur la Campagne nationale sur la tension artérielle et les brochures: Fondation Suisse de Cardiologie, Schwarztorstrasse 18, Case postale 368, 3000 Berne 14. Tél. pour commandes 0900 553 144 (fr. 1.50 la minute), fax 031 388 80 88, e-mail docu@swissheart.ch

La Campagne nationale sur la tension artérielle est réalisée grâce à l'aimable soutien des sociétés Novartis (sponsor principal), Boehringer-Ingelheim, MSD, Pfizer, Takeda (sponsors) et Omron (sponsor des tensiomètres).

- Ils connaissent les valeurs cibles de tension pour les patients et les différents groupes à risque.
- Ils informent sur les mesures préventives comme l'activité physique régulière et l'alimentation saine.

### Deux propositions stratégiques

La campagne nationale suit une double stratégie qui vise d'un côté la population générale et de l'autre des individus. La population doit adapter son mode de vie pour prévenir l'hypertension et doit (faire) mesurer sa tension, au moins une fois par année dès l'âge de 18 ans. Les individus doivent durant la campagne être incités par les fournisseurs de soins de base à s'intéresser à leurs propres facteurs de risque et à leur réduction. La Fondation Suisse de Cardiologie met à la disposition des médecins des moyens d'information qui les aident à informer les patients et à les traiter plus efficacement, car des patients bien informés prennent mieux leurs médicaments (compliance). Le mot d'ordre «Mesurer sa tension – Il faut y penser!» s'adresse aussi au médecin. Il pense à mesurer la tension artérielle de son patient et au besoin la traite.

### Les moyens de la campagne pour la population

L'axe principal de la campagne en direction de la population repose sur la semaine de la tension du 2 au 10 juin à laquelle vont participer près de 800 pharmacies dans toute la Suisse. La campagne nationale et la semaine de la tension seront annoncées par une information aux médias sur la Place du palais fédéral à Berne suivie d'une action de mesure de la tension artérielle des parlementaires. L'attention de la population sera mobilisée au moyen de petits spots sur les radios locales qui inviteront à aller faire une mesure.

### Ce que vous pouvez faire pour la campagne comme spécialiste médical

- Attirez l'attention de vos patients sur le rapport entre hypertension et attaque cérébrale, infarctus du myocarde et autres maladies cardio-vasculaires.
- Mesurez régulièrement la tension de vos patients adultes, dès l'âge de 18 ans.
- Indiquez à vos patients les possibilités de prévenir l'hypertension (alimentation saine, activité physique régulière).
- Expliquez à vos patients l'importance du suivi d'une thérapie bien établie.
- Recommandez à vos patients hypertendus un autocontrôle de la tension à la maison. Des appareils de mesure entièrement automatiques sont disponibles dans les commerces spécialisés.

Environ 600 offices postaux en Suisse vont distribuer des cartes concours avec un appel à faire mesurer sa tension en pharmacie. Là, il est prévu de poser quelques questions aux visiteurs sur leurs habitudes en matière de tabac, d'alimentation et d'activité physique. Ils reçoivent ensuite une brochure sur la prévention de l'hypertension artérielle. Cette action de mesure, sans doute la plus vaste menée à ce jour en Suisse – on attend 50 000 participants – sera analysée par l'OFSP et fournira de précieuses données sur les habitudes alimentaires (entre autres, la consommation de sel), l'activité physique et le tabagisme de nos concitoyens. D'ici au lancement de la campagne, la Fondation Suisse de Cardiologie mettra en ligne un nouveau site dédié à la tension ([www.campagne-tension-arterielle.ch](http://www.campagne-tension-arterielle.ch)). Le travail avec les médias prendra fin avec la semaine de la tension. Plusieurs articles pour les profanes reprendront le sujet et maintiendront la pression dans le public en 2009. En 2010, l'OFSP a prévu de prolonger la campagne par la mise en œuvre d'une stratégie du sel. Son but est de promouvoir une diminution de sa consommation et donc une nouvelle baisse de la tension dans la population.

### Comment soutenir la campagne en tant que médecin

Tous les médecins pour qui l'hypertension est importante dans leur pratique quotidienne ont reçu début mai de la Fondation Suisse de Cardiologie deux brochures, l'une de prévention primaire pour les patients indemnes d'hypertension et l'autre pour les hypertendus. Une information spécialisée sera publiée par le *Forum Medical Suisse*, à savoir une suite d'articles en onze parties sur les diverses formes, conséquences et circonstances de l'hypertension ([www.medicalforum.ch](http://www.medicalforum.ch) ou [www.campagne-tension-arterielle.ch](http://www.campagne-tension-arterielle.ch) ou [www.swisshypertension.ch](http://www.swisshypertension.ch)). Le thème de l'hypertension sera en outre utilisé lors de différents congrès et formations continues, entre autres au Congrès annuel de la SSMI à Bâle, sous forme d'exposés, de séminaires et d'ateliers.

### Références

- 1 Benedict M, Tschudi P. Hypertonie-Daten direkt aus der Hausarzt-Praxis. *Kardiovaskuläre Medizin*. 2007;10(11):375-6.
- 2 Belly K, et al. Hindernisse in der Praxis bei der Umsetzung der Dyslipidämie-Richtlinien. Poster. SGIM-Kongress, Basel, 2007.
- 3 Enquête suisse sur la santé. Neuchâtel: Office fédéral de la statistique; 2007.
- 4 Enquête suisse sur la santé. Neuchâtel: Office fédéral de la statistique; 2002.