

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 5 (1975)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Les conseils du médecin : tension et hypertension

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

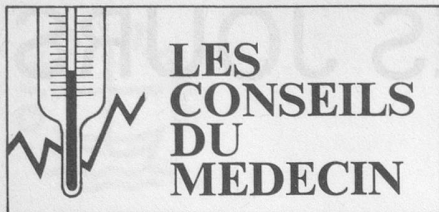
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 22.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Tension et hypertension

Dans l'organisme, le sang est contenu dans un système de « canalisation » qui est constitué d'une part par les artères, d'autre part par les veines. Les artères et les veines sont en communication à une extrémité par de petits vaisseaux que l'on appelle les vaisseaux capillaires. A l'autre extrémité, les grosses artères et les grosses veines vont se jeter dans un organe central : le cœur, qui joue le rôle d'une pompe. Le cœur se contracte pour

projeter le sang vers les artères. Lors de la contraction cardiaque, il se crée une pression transmise par le sang aux parois des artères qui le transportent. Lorsque le cœur se relâche pour se remplir à nouveau, la pression baisse jusqu'à un certain niveau, qui est à la pression minimum dans l'organisme. Nous avons ainsi défini la pression maximum au moment où le cœur se contracte et la pression minimum au moment où le cœur se relâche.

Maintenant que nous avons défini ce qu'est la tension, il devient facile de comprendre que la valeur de cette pression exercée contre les artères va dépendre d'une part de la force de contraction du cœur et, d'autre part, de la souplesse ou de la résistance des artères par où le sang va passer. En effet, si le cœur se contracte fortement, mais que les artères sont souples, ces dernières vont se laisser dilater et la pression ne montera pas très haut. En revanche, si ces artères sont dures, qu'elles ne se laissent pas dilater, la pression va monter dans l'artère. Inversement, même si les artères sont très souples ou très dures mais que le cœur se contracte peu, la pression sera basse dans cette artère.

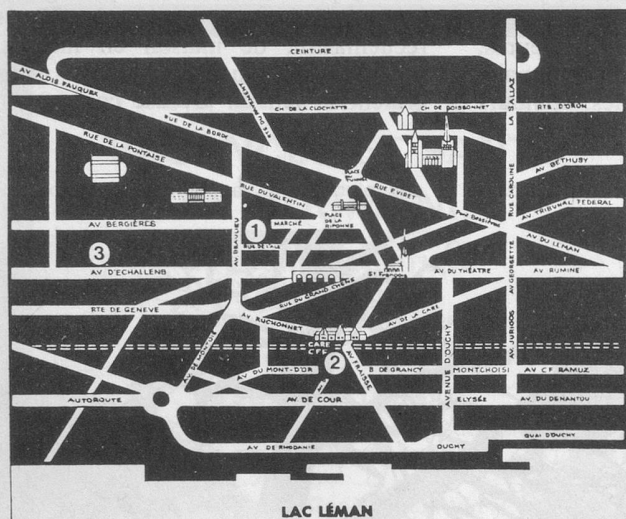
Il existe des chiffres de tension nor-

male ; des chiffres de tension basse ; des chiffres de tension haute.

La tension normale est variable selon l'âge de l'individu. En effet, on considère que dans le cours de la vie, les artères d'un homme même en bonne santé, se durcissent progressivement et comme on vient de l'expliquer, il est normal que cette tension augmente progressivement avec l'âge. Voilà les chiffres normaux : chez l'enfant jusqu'à l'âge de 13 à 15 ans la tension maximum ne doit pas dépasser 11 à 12 cm de mercure. A l'âge adulte, la tension ne doit pas dépasser 15 cm de mercure. Dans la troisième période de la vie, la tension ne doit pas dépasser 17 cm de mercure. De même qu'il y a des normes de tension maximales normales, il existe des normes pour les tensions minimales : chez l'enfant jusqu'à 12-15 ans la tension minimale doit être comprise entre 5 et 7 cm de mercure. Chez l'adulte elle doit être comprise entre 6 et 8 cm de mercure. Au cours du troisième âge, elle doit être comprise entre 7 et 10 cm de mercure.

Dans le prochain article, nous essaierons d'étudier les troubles de la tension artérielle : l'hypertension et l'hypotension.

Dr P. L.



### Pharmacies Populaires

Ristourne 10 %

(Art. regl. exceptés)

Timbres PHAR-POP

### Officines :

- 1 Rue de l'Ale 30  
22 38 61
- 2 Av. Fraisse 3  
26 38 62
- 3 Av. d'Echallens 81  
24 08 54

Livraisons rapides  
à domicile

**Lausanne**  
**excursions**  
**Autobus Lausannois**

1003 Lausanne  
Rue Centrale 1  
Tél. 20 33 41

Notre programme vous renseignera sur nos  
**MAGNIFIQUES EXCURSIONS**  
organisées toute l'année.

Beaux voyages en Suisse et à l'étranger.  
Cars modernes très confortables.  
Conducteurs consciencieux et prudents.

**Conditions spéciales aux « Aînés »**

Tous renseignements à notre bureau.