

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 8 (1978)  
**Heft:** 12

**Rubrik:** Les conseils du médecin : l'hypertension artérielle, un risque à contrôler

### **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:** 13.01.2026

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



## Les conseils du médecin

# L'hypertension artérielle, un risque à contrôler

L'hypertension, c'est-à-dire l'augmentation de la tension artérielle, est une affection très fréquente qui touche le 15% de la population dans les pays industrialisés; elle est un facteur de complications vasculaires graves, souvent mortelles. C'est ainsi qu'il y a une relation directe entre l'hypertension artérielle et la diminution de l'espérance de vie. Chez des sujets de 45 à 74 ans, l'éventualité de décéder d'une complication vasculaire dans un délai d'un an est presque 3 fois plus élevée si l'individu est hypertendu que s'il a une tension normale.

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), se basant sur des statistiques très étendues, admet que la **tension normale systolique** est de moins de 140 mm de mercure et la **tension diastolique** de moins de 90 mm. Elle admet cependant des valeurs limites à 140-159 et 90-94. Rappelons que la systolique représente la tension qui existe dans la période de contraction du cœur, la diastolique dans la période de repos.

### Précautions à prendre

Pour que la mesure d'une tension artérielle soit valable, il faut prendre un certain nombre de précautions. Le sujet sera étendu et au repos depuis quelques minutes. On appréciera avec méthode la tension aux deux bras et l'on répètera cette mesure une seconde fois. Il est toujours utile de mesurer la

tension du sujet lorsqu'il est debout; dans certaines circonstances et au cours du traitement, en position verticale, la tension peut chuter d'une manière importante, c'est ce qu'on appelle l'hypotension orthostatique que les malades redoutent car elle produit des sensations très désagréables. Trop de tensions artérielles sont prises aujourd'hui sans méthode et trop rapidement, de ce fait elles sont inexactes. Dans certains cas la systolique est normale ou légèrement élevée, mais c'est la **diastolique** qui est **trop haute**, ce qui est pathologique et justifie un traitement. Pour les personnes âgées et très âgées, la gravité de l'hypertension doit être soigneusement appréciée; les chiffres ont moins de signification que l'ensemble du tableau.



par  
le Professeur  
Eric Martin

Un grand nombre d'hypertensions sont ignorées et sans symptômes. Dans une entreprise suisse alémanique, sur plus de 1000 employés, les trois quarts des hypertendus ne savaient rien de leur maladie. Chez 3042 hypertendus repérés parmi 20 000 visiteurs de la Foire de Bâle, un tiers seulement était contrôlé et les autres ignoraient l'affection dont ils étaient atteints, ou ne se faisaient pas traiter.

Il est essentiel de contrôler une hypertension d'une manière constante et méthodique. La régularité dans la prise des médicaments et le contrôle de leur effet sont indispensables. En effet, c'est la régularité du traitement qui garantit son efficacité; rien n'est moins satisfaisant que ces thérapeutiques anarchiques, interrompues et partant inefficaces.

Dans les quatre cinquièmes des cas l'hypertension est dite essentielle, c'est-à-dire que sa cause est inconnue; dans le cinquième restant, il s'agit d'une hypertension d'origine rénale, endocrinienne ou cardiaque, etc. Le mécanisme de contrôle de la tension artérielle, à l'état normal, exige le jeu

de multiples facteurs, chimiques, nerveux, psychiques, en relation avec le volume et l'élasticité des vaisseaux, la viscosité du sang, etc. L'hypertension essentielle paraît être le résultat d'un dérèglement de cette multitude de facteurs.

### Précautions et remèdes

Avant 1950, on n'avait guère à proposer aux malades hypertendus que le régime sans sel strict, difficile à suivre. Il était en effet prouvé que le sel de cuisine pouvait favoriser l'hypertension. Puis une série de médicaments ont été introduits. Certains agissaient trop brusquement et ont été rapidement rejetés par les malades qui souffraient plus de leurs effets secondaires que de la maladie primitive. Un des premiers médicaments était un alcaloïde d'une plante indienne, la rauwolfia qui est active mais peut provoquer de la dépression. Toute une série de diurétiques ont été alors lancés sur le marché qui favorisent l'élimination du sel et autorisent un régime déchloruré moins strict. Puis on introduisit des médicaments mixtes qui combinaient leurs effets, ce qui est un progrès considérable. Ils sont encore très employés. Enfin dès 1970 sont proposés des médicaments nouveaux du type bêta-bloqueurs qui agissent sur la résistance des vaisseaux en bloquant la transmission de l'influx nerveux qui augmente la tension artérielle.

On dispose aujourd'hui d'un arsenal de moyens efficaces, bien tolérés et il est peu de cas qui ne puissent bénéficier de la thérapeutique antihypertensive. Le chiffre d'affaires représenté par la vente des antihypertenseurs a triplé de 1965 à 1975. Cette augmentation n'a pas seulement profité aux fabricants mais largement aux malades. Il semble en effet que dans notre pays la mortalité due à l'hypertension essentielle ait notamment diminué parallèlement à l'emploi toujours plus généralisé des antihypertenseurs.

Chez les personnes âgées, très âgées, le problème de l'hypertension doit être résolu d'une manière plus nuancée. Il n'est pas opportun de lutter trop énergiquement lorsque l'hypertension est bien supportée et qu'il n'y a pas d'indication absolue d'intervenir.

Dr E. M.

## 1978-1979

Excursion d'une journée

En autocar grand confort

### Fêtes de fin d'année

Réveillon Hôtel de l'Union Gimel  
Réveillon au Château d'Oron  
Course surprise du 1<sup>er</sup> janvier midi

Repas succulents — danse

Fr.

110.—

140.—

65.—

Tout compris



1188 Gimel  
Tél. 021/74 35 61

1005 Lausanne  
Martigny 15  
Tél. 021/22 14 42