Cardiologie : l'effet blouse blanche

Autor(en): **Manevy, Jean V.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Générations : aînés**

Band (Jahr): **25 (1995)**

Heft 1

PDF erstellt am: **03.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-828861

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Cardiologie: l'effet blouse blanche

Vous arrivez chez votre médecin. Il vous ordonne de vous mettre torse nu et de tendre le bras gauche, il l'entoure du brassard gris de son tensiomètre, il presse la petite poire jusqu'à vous faire mal, vous cherchez son regard; il est grave, il relâche la pression, il hoche la tête et, du bout des lèvres livre deux chiffres: ceux de votre pression artérielle, les témoins de l'état de votre cœur. Le verdict tombe: bons ou pas bons.

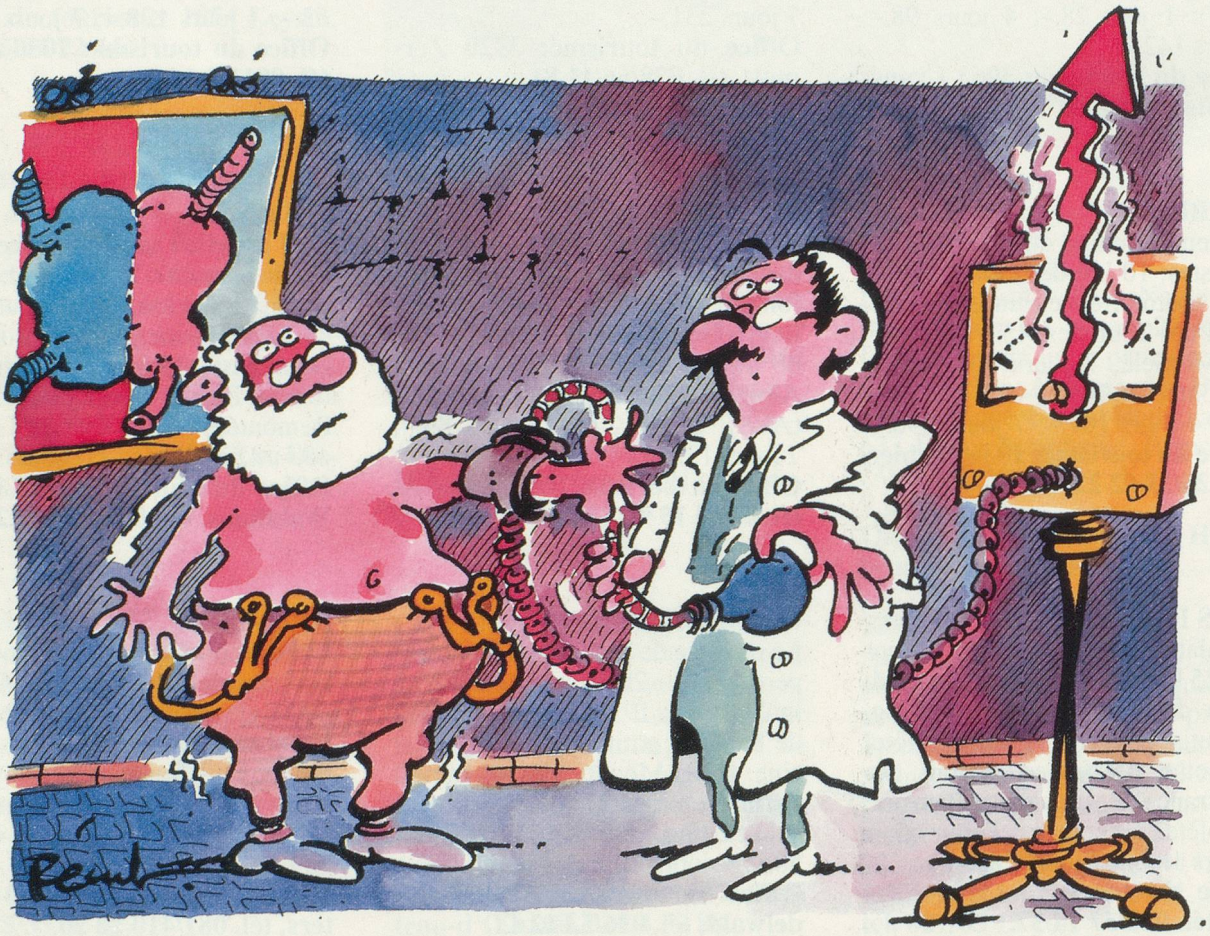
Telle est la routine étudiée et réétudiée depuis près de 300 ans, car elle génère un mystérieux phénomène, l'«effet blouse blanche» qui, faussant les résultats des prises de la tension artérielle, peut être néfaste pour nombre de patients.

Une jument effrayée

Tout commence en 1711 dans un verdoyant village du Kent, dans le sud de l'Angleterre. Un jeune clergyman et chimiste, le Révérend Stephen Hales, observe la montée de la sève dans les plantes, puis étudie la montée du sang dans les jambes de sa jument. Chez elle, il constate que chaque ponction sanguine s'accompagne d'une forte augmentation de sa pression artérielle et que cette même pression diminue dès qu'il laisse l'animal en paix. On ne parlait pas encore de «stress», mais c'est bien cela que découvre le bon Révérend; tandis qu'il met au point le premier tensiomètre de l'histoire de la médecine.

Deux cents ans plus tard, l'«American Journal of Medicine» parlera pour la première fois de «l'effet blouse blanche».

1940 à Boston. Deux cardiologues comparent les chiffres de la tension de deux catégories de malades. Ceux que l'un soigne à l'hôpital, et ceux que l'autre équipe d'appareils d'automesure. Quelle n'est pas leur surprise de constater que les malades de l'hôpital présentent tous une tension nettement plus élevée que ceux qui prennent eux-mêmes leur tension à la



Dessin Pécub

maison. Toutefois les observations des deux médecins de Boston n'ayant pas reçu l'aval des autorités scientifiques, il faut encore attendre 40 ans pour que s'impose la vérité qu'ils avaient entrevue.

1983, à Londres, le prestigieux «Lancet» annonce que «l'effet blouse blanche» existe. Trois médecins italiens l'ont rencontré à l'hôpital en enregistrant, en continu, la tension artérielle de leurs malades: leur tension bondit chaque fois qu'un médecin s'approche de leur lit, elle diminue dès que le médecin s'éloigne.

Réaction d'alarme

Aujourd'hui il est possible d'équiper les malades de moniteurs légers afin d'enregistrer leur tension artérielle, de jour comme de nuit, en l'absence de tout médecin. Dans de telles conditions, la tension se révèle presque toujours inférieure à ce qu'elle est quand elle est prise par un médecin. Pourquoi? Un cardiologue français, le docteur Le Pailleur, de l'hôpital Necker à Paris, répond: «Il s'agit d'une réaction d'alarme déclenchée par la présence du médecin».

Partant de l'existence de «l'effet blouse blanche», l'équipe du docteur Le Pailleur se met à rechercher les facteurs susceptibles, dans la vie de tous les jours, de faire grimper la tension artérielle. Il y a quelques années, l'Organisation mondiale de la Santé avait déjà averti les cardiologues du danger de fixer des normes strictes à la tension artérielle, le rigoureux 13-8 n'étant pas valable pour tous les individus, à tous les âges et dans toutes les circonstances. Les recherches des cardiologues de l'hôpital Necker confirmeront cette position de l'OMS.

Colère et anxiété

Grâce aux moniteurs portables, les chercheurs vont établir que la tension est plus élevée chez les gens (hommes ou femmes) qui travaillent, que chez ceux qui restent à la maison; chez les intellectuels, que chez les manuels. Chez les femmes, le facteur d'hypertension est lié à l'anxiété; chez les hommes, c'est la colère. D'autre part, parler en public, lire un texte à haute voix, prendre la parole devant un groupe, même restreint, fait monter la tension aussi bien chez les hommes que chez les femmes. C'est-à-dire que tout ce qui porte en soi de l'anxiété, tout de qui est facteur de stress, est responsable chez tout le monde d'une poussée de tension.

En revanche, le sentiment de satisfaction après une tâche bien accomplie, une réussite professionnelle, une journée agréablement remplie, aura à coup sûr une influence bénéfique sur la tension artérielle des uns et des autres.

Dialogue idéal

Le dépouillement des courbes de tension, enregistrés au jour le jour et d'heure en heure par les moniteurs portables, a mis les cardiologues de l'hôpital Necker sur la voie du dialogue idéal entre le médecin et son consultant, qu'il soit malade ou non. Ce fameux dialogue singulier déjà évoqué il y a des siècles par Esculape et Hippocrate.

Au cours de ce tête à tête si intime, combien de pièges le médecin n'a-t-il pas à éviter pour épargner une flambée de tension à son vis-à-vis: une question mal posée, une réponse maladroite, la référence malhabile à un sujet chargé d'anxiété (scanner à propos d'un mal de tête, endoscopie pour un mal au ventre, biopsie pour un grain de beauté)? Au lieu de cela, on parle de promenades plutôt que de gymnastique ou de petits plats plutôt que de régimes, d'élégance corporelle plutôt que de surpoids.

Alors le fameux «effet blouse blanche» a moins de chance de se manifester. Pour la tranquillité du patient. Et la satisfaction du médecin.

Jean V.-Manevy

Nouvelles médicales

* **Peu de cholestérol** évite les accidents cardiovasculaires et l'apparition de certains cancers, selon une étude chinoise.

* **Une bonne nouvelle** agit comme un stimulant sur le système immunitaire qui sait ainsi mieux repousser les agressions. Contre le cancer, le bon moral agit comme un médicament actif.

* **Hormone mâle,** la testostérone protège les hommes contre les crises cardiaques en évitant la formation de caillots dans les artères.

* **L'allergie de l'aquarium** est provoquée par les aliments pour poissons qui contiennent des vers de vase ou des moustiques séchés.

* **Lentilles jetables,** elles évitent les dangers d'infection ou de contamination (amibes, virus) dont les lentilles de contact (difficiles à entretenir) sont parfois porteuses.

* **Risques de glaucome:** demander au médecin si les médicaments pour faire baisser la tension peuvent être pris le soir avant le coucher.

* **Les ronfleurs** dorment mal, fatigués dans la journée, ils sont exposés aux accidents. Remède: maigrir, car ils sont souvent trop gros.

* **Le dernier virus** de la variole (disparue depuis le 8 mai 1860) est placé par l'OMS sous haute surveillance à Moscou et à Atlanta.

* **19 millions d'impuissants** aux Etats-Unis sur les 37 millions d'hommes de 40 à 70 ans. Les responsables: les drogues, l'alcool, la cigarette. L'âge vient en dernier.

* **La caféine est une drogue.** Comme la cocaïne, il est difficile de se désintoxiquer. Aux USA, un jour sans café va jusqu'à provoquer maux de tête, léthargie et dépression.