

7041 - Pression Artérielle

Feuille d'information



Le sang est transporté du cœur vers toutes les parties de votre corps dans des vaisseaux appelés artères. La pression artérielle est la force du sang poussant contre les parois des artères. Chaque fois que le cœur bat (environ 60-70 fois par minute au repos), il pompe le sang dans les artères. Votre pression artérielle est à son plus haut lorsque le cœur bat, pompant le sang. Ceci est appelé la pression systolique. Quand le cœur est au repos, entre deux battements, votre pression artérielle diminue. Ceci est la pression diastolique.

La pression artérielle est toujours donnée avec ces deux numéros, la tension systolique et diastolique. Habituellement, ils sont écrits un au dessus ou avant l'autre, comme 120/80 mmHg. Le numéro supérieur est la pression systolique et celui du bas est la diastolique. La pression systolique ou le nombre supérieur est la pression lorsque le cœur se contracte. La pression diastolique ou le nombre inférieur représente la pression lorsque le cœur se détend. Votre pression artérielle change pendant la journée. Il est au plus bas lorsque vous dormez et monte lorsque vous vous levez. Elle peut être également augmenter lorsque vous êtes excité, nerveux, ou actif.

Pourtant, la plupart de vos heures d'éveil, votre pression artérielle demeure à peu près la même chose lorsque vous êtes assis ou debout. Ce niveau devrait être inférieur à 120/80. Lorsque le niveau reste élevé, 140/90 ou plus, vous avez une pression artérielle élevée. Avec une pression artérielle élevée, le cœur travaille plus fort, vos artères prennent une raclée, et vos chances d'un accident vasculaire cérébral, crise cardiaque et de problèmes rénaux sont plus grandes.

Qu'est ce que l'hyperetension artérielle?

Une pression artérielle de 140/90 ou plus est considérée comme de l'hypertension artérielle. Les deux chiffres sont importants. Si un ou les deux chiffres sont généralement élevés, vous avez une pression artérielle élevée. Si vous êtes traités pour une hypertension artérielle, vous aurez encore une pression artérielle élevée, même si vous avez des lectures répétées dans la normale.

Il y a deux niveaux de pression artérielle élevée: Niveau 1 et Niveau 2 (voir le tableau ci-dessous).

Catégories pour les Niveaux de Pression Artérielle chez les Adultes* (En mmHg, millimètres de mercure)

Catégorie	Systolique (Chiffre du Haut)	Diastolique (Chiffre du Bas)
Normal	Moins de 120	Moins de 80
Pré-hypertension	120-139	80-89
Pression Artérielle Élevée	Systolique	Diastolique
Niveau 1	140-159	90-99
Niveau 2	160 ou plus haut	100 ou plus haut



Remarque : Lorsque la tension systolique et diastolique tombe dans différentes catégories, la catégorie la plus élevée doit être utilisée afin de classer les niveaux de pression artérielle. Par exemple, 160/80 serait le niveau 2 de pression artérielle élevée. Il y a une exception à la définition ci-dessus de pression artérielle élevée. Une pression artérielle de 130/80 ou plus est considérée comme une pression artérielle élevée chez les personnes ayant le diabète et d'insuffisance rénale chronique.