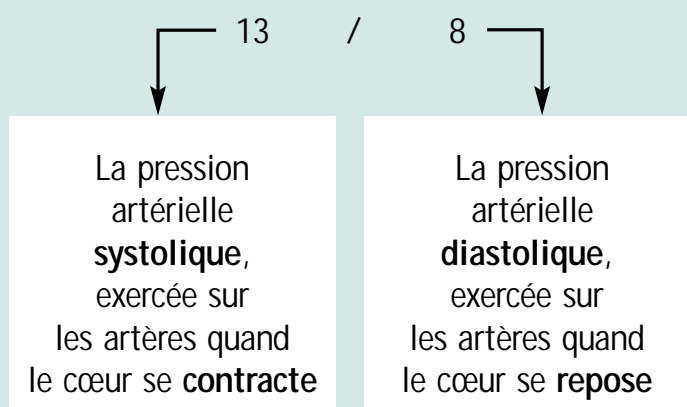


# Pression et hypertension artérielles

## La pression artérielle

→ C'est la force qui pousse le sang dans tout le corps.  
Mesurée par le médecin, elle est exprimée par **deux chiffres**.

Exemple



Plus ces chiffres sont élevés, plus les artères sont mises sous tension à chaque battement du cœur.

→ Chiffres « normaux » de pression artérielle

- Elle doit être inférieure à 14/9 pour un sujet d'âge moyen. Au delà, il y a **hypertension artérielle** selon l'OMS.
- Chez les personnes âgées, il n'y a pas de réel consensus sur la définition de l'hypertension artérielle.



→ La pression artérielle est très variable

- D'un individu à l'autre mais également d'un moment à l'autre chez une même personne.
- En visitant cette exposition, vous pouvez mesurer votre pression artérielle et constater qu'elle varie, en particulier après un effort physique.

### L'effet blouse blanche

Une bonne illustration de la variabilité de la pression artérielle est l'augmentation de celle-ci lors d'une visite à l'hôpital. Le léger stress de cette visite, même s'il n'est pas ressenti, peut augmenter de façon transitoire la pression artérielle. Cet effet, bien connu des spécialistes de la pression artérielle, est appelé l'effet « blouse blanche ».

