

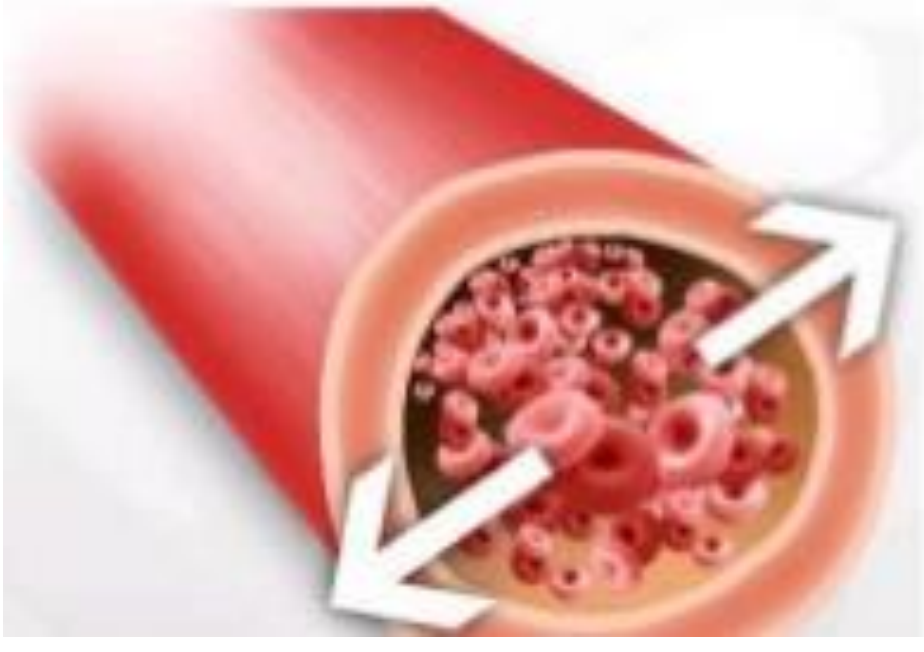
HyperTension Artérielle

QU'EST-CE QUE L'HYPERTENSION?

C'est l'augmentation persistante de la pression dans les artères au dessus des valeurs normales.

La tension se mesure avec 2 numéros:

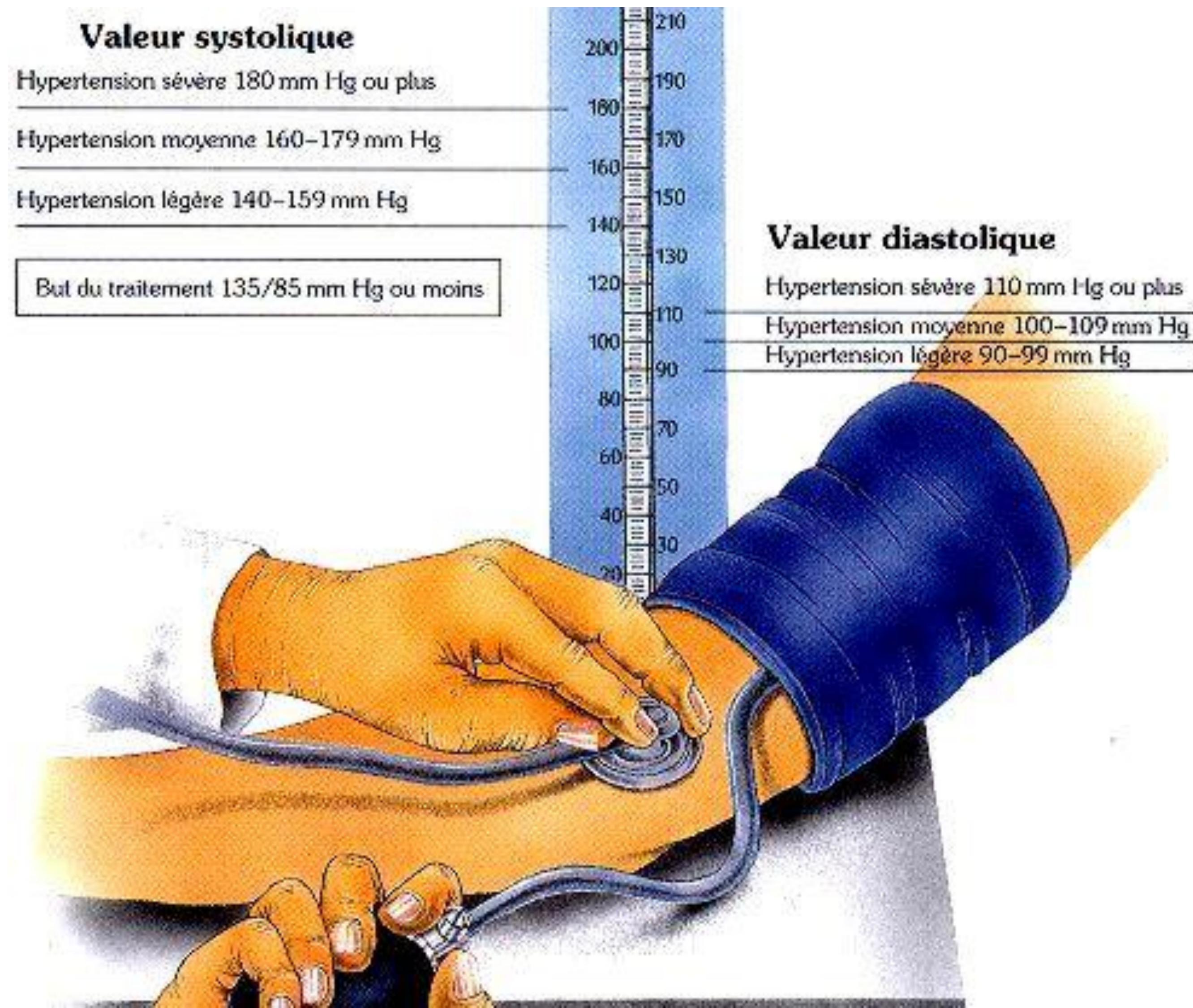
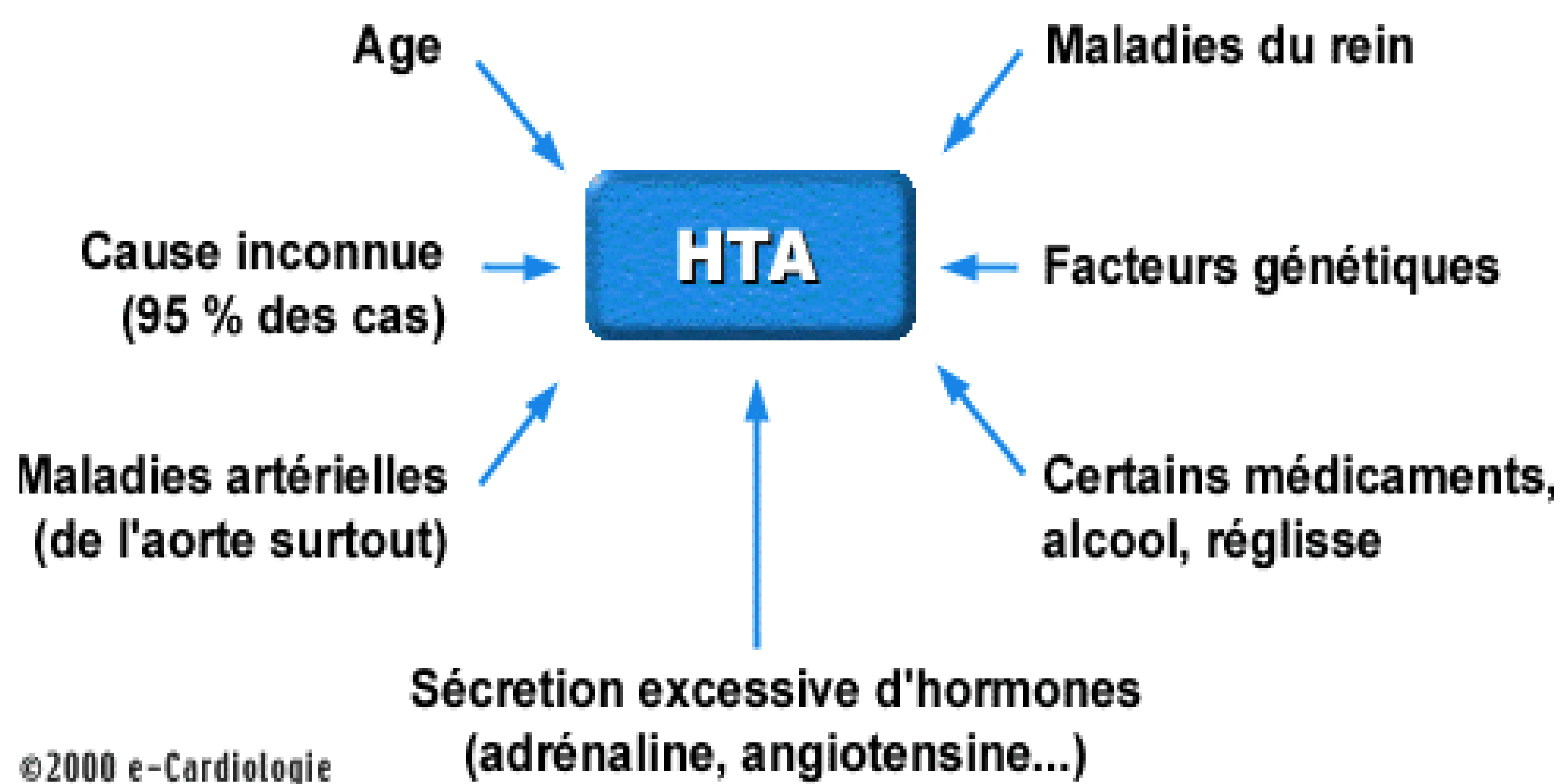
- Le plus haut : pression systolique 140mmHg(valeur maximale conseillée)
- Le plus bas : pression diastolique 90mmHg(valeur maximale conseillée)



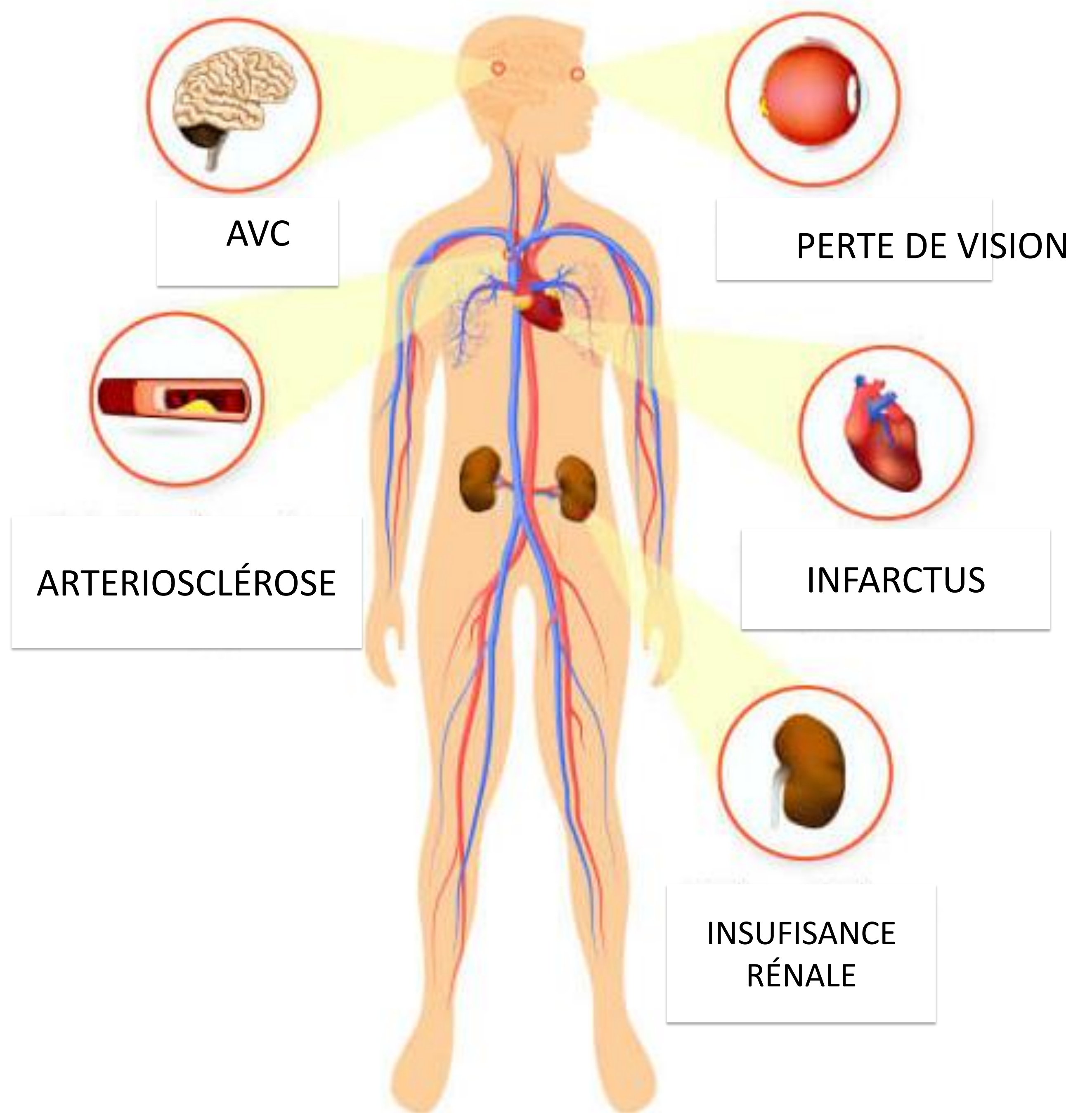
SYMPTÔMES:

- Rien
- Céphalés au réveil, mouches volantes, bourdonnements d'oreilles, vertiges
- Douleurs à la poitrine
- Éssoufflement et fatigue anormales

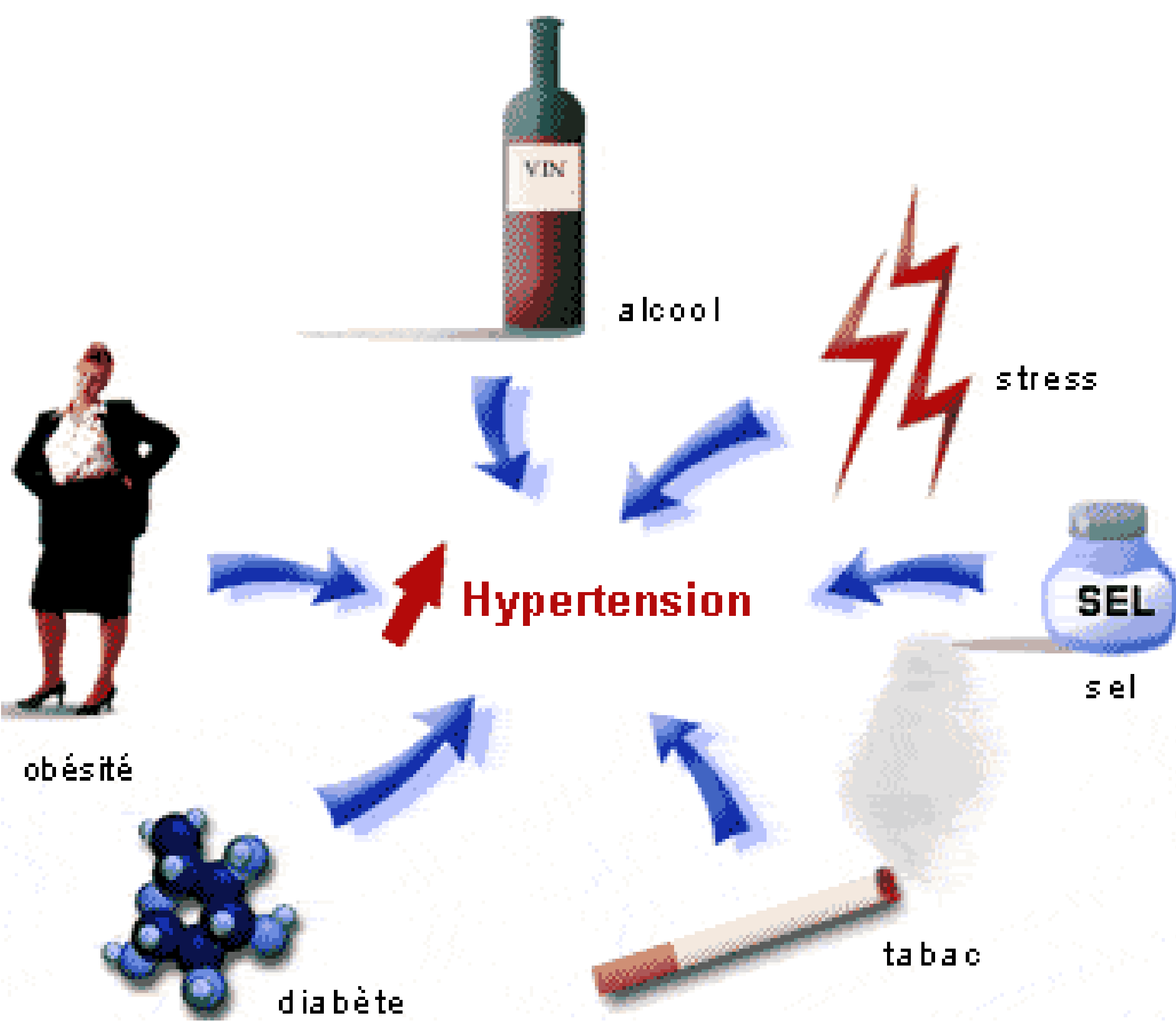
CAUSES DE L'HYPERTENSION:



COMPLICATIONS:



FACTEURS DE RISQUES:



PRÉVENTION:

- Prends ta tension régulièrement.
- Suis les conseils de ton médecin: traitement, diète sans sel, exercice physique, perds du poids, peu d'alcool pas de tabac, reposes toi

