



# HYPERTENSION ARTÉRIELLE

CONSEILS DE SANTÉ AU TRAVAIL

L'hypertension artérielle (HTA) est une **augmentation anormale de la pression du sang sur la paroi des artères.**

## QUELLES CONSÉQUENCES ?

### Sur votre santé

L'HTA contribue au développement de maladies graves, sources de handicap :

- **Atteintes cardiovasculaires**
- **Atteintes des reins et des yeux**
- **Atteintes neurologiques :**  
**40% des accidents vasculaires cérébraux (AVC)**

### Sur votre travail

L'HTA peut être à l'origine d'accidents de travail (AT) surtout pour les **postes à risque** : travail en hauteur, conduite de véhicule ou d'engins de chantier...

En cas d'HTA sur un poste de travail à risque, votre médecin du travail peut, **vous conseiller**, demander des examens complémentaires ou un **justificatif de suivi médical.**

**Les maladies cardio-vasculaires sont la 1<sup>ère</sup> cause de décès en France**

## ÇA DOIT VOUS ALERTER !

- Vertiges
- Maux de tête
- Douleur dans la poitrine
- Essoufflement
- Troubles visuels (papillons devant les yeux)
- Bourdonnement d'oreilles
- Difficultés de concentration
- Saignement de nez
- Fatigue

## FACTEURS AGRAVANTS



## COMMENT CONTRÔLER VOTRE HTA ?

A l'aide d'un appareil à tension (pharmacie, médecin traitant, chez vous)

- Effectuer les mesures au calme
- Noter les résultats, puis montrer les à votre médecin traitant

**Même bras, en position assise  
à 2 minutes d'intervalle :**

**3** jours de suite  
fois le matin  
fois le soir

**Le saviez-vous ?** Une HTA correctement traitée et surveillée ne remet pas en cause votre aptitude au poste de travail.

Votre médecin du travail peut vous conseiller  
et répondre à vos questions

AIST 21 - 03.80.77.85.30 - contact@aist21.com - www.aist21.com