



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^{ère} 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