

# L'hypertension

L'hypertension artérielle est une élévation de la tension artérielle au repos.

Les thérapies ciblées sont susceptibles d'entraîner une hypertension artérielle ou d'aggraver une hypertension artérielle préexistante. C'est pourquoi votre tension sera mesurée avant la prise de votre traitement, et régulièrement au cours de votre traitement.



## Les symptômes de l'hypertension artérielle peuvent être :

- maux de tête (surtout pendant la deuxième moitié de la nuit ou au réveil)
- déséquilibre debout ou à la marche
- pertes de mémoire
- fatigue
- troubles oculaires (éblouissements, perte transitoire de la vue, etc.).
- gêne respiratoire
- angine de poitrine
- polyurie (sécrétion d'urine en quantité abondante)
- pollakiurie (fréquence exagérée des mictions)

## Ce que vous pouvez faire :

- Limiter de la consommation en sel jusqu'à 6 g/j
- Pratiquer une activité physique régulière, adaptée à votre état clinique
- Limiter la consommation d'alcool
- Adopter un régime alimentaire riche en légumes, en fruits et pauvre en graisses saturées (graisse d'origine animale)
- Arrêter la consommation tabac. Un accompagnement pour le sevrage tabagique peut vous être proposé.