

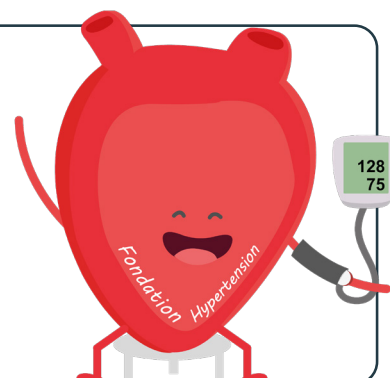
Nom :

Prénom :

Date :

Protocole

- Position assise, sans croiser les jambes ni parler
- Ne pas avoir fumé 30 minutes avant
- Réaliser 3 mesures de suite en position assise
- Attendre 1 minute maximum entre chaque mesure
- Garder le brassard sur le même bras



Réaliser les 3 mesures de suite

Attendre 1 minute maximum entre chaque mesure, garder le brassard sur le même bras

MESURE 1

SYS :

DIA :

PULSE :

MESURE 2

SYS :

DIA :

PULSE :

MESURE 3

SYS :

DIA :

PULSE :

INTERPRÉTATION DE L'AUTOMESURE DE DÉPISTAGE

sur la dernière mesure

Diagnostic

SYS à 141 et plus ou DIA à 91 et plus	Hypertension artérielle suspectée	A <input type="checkbox"/>
SYS de 121 à 140 ou DIA de 81 à 90	Tension artérielle élevée (avec antihypertenseur)	B <input type="checkbox"/>
	Tension artérielle élevée (sans traitement)	C <input type="checkbox"/>
SYS de 90 à 120 et DIA de 60 à 80	Tension satisfaisante (avec antihypertenseur)	D <input type="checkbox"/>
	Tension satisfaisante (sans traitement)	E <input type="checkbox"/>

EN SAVOIR PLUS : frhta.org

Faites-vous conseiller par un professionnel de santé

Automesure sur 3 jours

Nom :

Prénom :

Date :

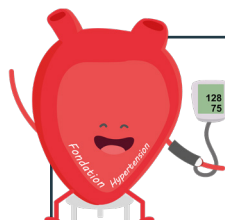
Médicament(s) ☐ Oui ☐ Non

.....

.....

.....

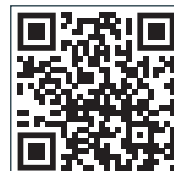
Protocole



- Position assise, sans croiser les jambes ni parler
- Ne pas avoir fumé 30 minutes avant
- Réaliser 3 mesures de suite en position assise
- Attendre 1 minute maximum entre chaque mesure
- Garder le brassard sur le même bras

MÉTHODE AUTOMATIQUE

- Télécharger l'application **suiviHTA**
- Suivre l'aide pour la mesure de tension sur 3 jours
- Calcul automatique sur 12 mesures
- Conseil personnalisé* par algorithmes validés



MÉTHODE MANUELLE

À chaque mesure, reporter les chiffres inscrits à l'écran du tensiomètre dans le tableau :

	JOUR 1		JOUR 2		JOUR 3	
	Le /		Le /		Le /	
MATIN	SYS	DIA	SYS	DIA	SYS	DIA
Mesure 1						
Mesure 2						
Mesure 3						
SOIR	SYS	DIA	SYS	DIA	SYS	DIA
Mesure 1						
Mesure 2						
Mesure 3						

INTERPRÉTATION DE L'AUTOMESURE SUR 3 JOURS

Moyenne des tensions SYS : DIA :

SYS à 141 et plus ou DIA à 91 et plus	Hypertension
SYS de 121 à 140 ou DIA de 81 à 90	Tension artérielle élevée
SYS de 90 à 120 et DIA de 60 à 80	Tension satisfaisante
SYS à 89 et moins	Hypotension