



La tension artérielle est une valeur fluctuante et imprécise

Nous n'arrêtons pas de nous adapter à notre environnement. Selon l'ampleur et la nature de cette adaptation, nos besoins en oxygène varient beaucoup. L'oxygène étant apporté par le sang des artères, la tension artérielle varie constamment. La position (debout, couchée, assise) influe beaucoup. De même, les émotions, la chaleur ou le froid, le repos ou l'effort, la détente ou le stress peuvent faire varier considérablement les résultats de la prise de tension. Il arrive même que la dimension du brassard ou l'épaisseur du bras modifient ces résultats.

Cette extrême sensibilité de la tension artérielle aux différences de situation oblige à une grande prudence avant de parler de « tension anormale ». Il faut avoir fait au moins 2 mesures différentes, à des moments différents, dans des conditions de grande détente : repos allongé, sans stress ni « effet médecin » (l'attente avant la consultation et l'effet « blouse blanche » sont de puissants élévateurs de la tension artérielle), avec un brassard adapté à la taille du bras, un appareil bien réglé et contrôlé régulièrement. Ces conditions sont rarement réunies. Chaque fois qu'une enquête est menée chez les consommateurs de médicaments destinés à faire baisser la tension, on s'aperçoit que nombre d'entre eux ont été considérés à tort comme hypertendus alors que certains chiffres qui indiquaient une tension élevée résultaient de mauvaises conditions de mesure...

Source : Open Rome



Le Dico du doc

Tensiomètre

Cet appareil médical sert à mesurer la tension artérielle. Le principe est simple : quand on appuie fort sur une artère, le sang ne passe plus ; quand on n'appuie pas assez, le sang passe mais on ne sent pas sa pulsation. Le tensiomètre comporte donc un brassard, un stéthoscope, une poche d'air gonflable et un manomètre.

Pour mesurer la tension artérielle, on installe le brassard autour du bras et on le gonfle jusqu'à ce qu'on n'entende plus les battements artériels. Ensuite, on dégonfle doucement le brassard. Quand on réentend les battements artériels, on regarde le manomètre car il indique la « tension systolique », c'est à dire la valeur tensionnelle la plus forte. Puis on dégonfle doucement le brassard. Quand on n'entend plus battre l'artère du bras, on a atteint la valeur la plus basse de la pression artérielle, que l'on appelle la « tension diastolique ».

Ces 2 valeurs sont mesurées habituellement en millimètres de mercure. Exemple de résultat : 121/74. On peut aussi l'exprimer de façon plus courte mais moins précise, en centimètres de mercure : 12/7.

Source Open Rome

Météo antibio

Risques :

- Grippe en hausse
- Bronchiolite au pic
- Inf respiratoire en hausse
- Gastro-entérite en hausse

Source : <http://www.grog.org>

La grippe gagne du terrain

Grippe

Des cas de grippe saisonnière sont confirmés depuis plusieurs semaines dans l'ensemble du pays. Depuis une dizaine de jours, l'activité grippale s'est intensifiée dans 4 régions : Basse-Normandie, Ile-de-France, Pays-de-la-Loire et Rhône-Alpes. Pour l'instant, la grippe provoque surtout des foyers locaux mais elle pourrait devenir épidémique avec la rentrée scolaire et le retour en collectivité.

Ceux qui veulent se faire vacciner contre la grippe peuvent encore le faire mais ils ne doivent vraiment plus traîner.

Bronchiolite

Pendant ce temps, l'épidémie de bronchiolite atteint son pic. Pour les nourrissons, le risque d'être infecté devrait diminuer à partir de la seconde quinzaine de janvier.

Gastro-entérite

L'épidémie de gastroentérite progresse sans être dramatique.

Sources : Open Rome, <http://www.grog.org>