

NOTRE ÉQUIPE

Médecins responsables

Clinique CHC MontLégia



Cardiologie

Dr Bruno RASKINET



Néphrologie

Dr Fatima AIT-OILE



Néphrologie

Dr Salvatore BELLAVIA

Clinique CHC Waremme



Cardiologie

Dr Anne-Claire GERARDY



Néphrologie

Dr Pauline VANDERWECKENE

Infirmière

Vanessa MESSINA - 04 355 46 47



Secrétaires

Clinique CHC MontLégia

Christiane GUISSARD - 04 355 62 32

Clinique CHC Waremme

Françoise LIBAN - 019 33 94 50

Diététicienne

Emilie BOULANGER - 04 355 50 05

CHC.be

CHC.be

CLINIQUE DE L'HYPERTENSION ARTÉRIELLE (HTA)

NOUS PRENONS SOIN DE VOUS

Clinique CHC MontLégia
bd Patience et Beaujonc 2
4000 Liège

Cardiologie - Néphrologie
Route 205 (rez-de-chaussée)
Parking F

Clinique CHC Waremme
rue de Séllys-Longchamps 47
4300 Waremme

com-S2-HTA-tri-1



CHC
GROUPE SANTÉ

CHC
GROUPE SANTÉ

LA TENSION ARTÉRIELLE (TA)

La tension ou pression artérielle correspond à la pression exercée par le sang sur la paroi artérielle. Elle se mesure quand le cœur se contracte (tension systolique ou haute) et quand il se relâche (tension diastolique ou basse). Elle devrait, idéalement, être inférieure à 140 de systolique et 90mmHg de diastolique, voire plus basse selon le profil de risque.

L'HYPERTENSION ARTÉRIELLE (HTA)

L'hypertension artérielle se caractérise par une élévation de la pression systolique et/ou diastolique. Elle est souvent peu symptomatique (« tueur du silence ») ce qui rend son diagnostic difficile. Or, elle est très délétère au niveau cardiaque, cérébral, ou rénal, surtout si elle est associée à d'autres facteurs de risque (tabac, diabète...).

L'hypertension artérielle est responsable, au moins en partie, de deux tiers des AVC et de la moitié des infarctus myocardiques. Elle concerne 2.500.000 belges dont la moitié sont diagnostiqués, la moitié traités, un tiers seulement l'étant efficacement. Sa fréquence augmente avec l'âge.

Le diagnostic ne peut être posé que par des mesures répétées, au cabinet ou, mieux, à la maison. Le traitement comporte une adaptation de l'hygiène de vie (perte de poids, activité physique, diminution de la consommation de sel, d'alcool...) et le recours à des médicaments hypotenseurs.



LA CLINIQUE DE L'HYPERTENSION

Une prise en charge efficace de l'hypertension suppose un diagnostic précoce, la recherche de causes favorisantes, la mise en route d'un traitement bien toléré et un suivi régulier pour adapter l'attitude.

C'est ce que nous vous proposons au sein de la clinique de l'hypertension. La prise en charge est assurée en ambulatoire (en consultation) et nous nous référons aux recommandations des sociétés savantes (ESH, ESC...) pour vous suivre au mieux.

COMMENT ?

Nous vous recevons sur demande de votre médecin généraliste ou spécialiste. Nous dressons un premier bilan sur base d'un **questionnaire** que vous devez remplir pour préciser votre situation et nous orienter vers d'éventuelles causes. Une **prise de sang**, si elle n'a pas déjà été réalisée, et un **monitoring de 24h de votre tension** permettent de décider d'un éventuel complément d'exploration et du type de prise en charge.

Votre plan de suivi est établi par le cardiologue et/ou le néphrologue.

Vous êtes aussi en contact avec une infirmière de référence qui s'assure de la bonne évolution de votre situation et vous rappelle les mesures d'hygiène et de diététique à ne pas abandonner. Une diététicienne et un spécialiste du sommeil sont également consultés si nécessaire.

ADOPTÉZ LES BONS RÉFLEXES !

Protégez votre cœur et vos reins

- ~ Arrêtez de fumer (faites-vous aider au besoin)
- ~ Mangez sainement, surveillez votre poids, votre tension artérielle, votre taux de cholestérol
- ~ Limitez vos apports en sel, alcool, graisses, sucres
- ~ Restez physiquement actif (3x1h/sem. minimum)
- ~ Évitez le stress autant que possible
- ~ Prenez scrupuleusement vos médicaments



ALERTES

Certains signaux doivent vous alerter et vous inciter à contacter votre médecin, votre cardiologue ou à vous présenter aux urgences :

- ~ des céphalées, des étourdissements
- ~ des bruits dans les oreilles, des vertiges
- ~ une fatigue inhabituelle
- ~ des douleurs thoraciques, dans la mâchoire, le bras gauche, le haut du dos ou un essoufflement anormal