Pourquoi et comment intégrer l'Auto Mesure Tensionnelle dans sa pratique.

Sa place versus la MAPA

Quoi de neuf en médecine générale 2013
Dr Christophe Girault

- Recommandation de la SFHTA de 2013
  « prise en charge et mesure »
- Recommandation de l'ESH 2008
  « consensus international sur l'AMT »
- Recommandation française HAS 2005
  « prise en charge de l'HTA »
- *l'expérience du projet auto mesure dans l'Eure de 2012*

La mesure de Consultation est la référence pour la décision diagnostic et thérapeutique. Mais comment bien faire ?

- Appareil à mercure
- mais amené à disparaître
- à contrôler régulièrement (HAS, ESH)

- Appareil électronique
- validé cliniquement
- à étalonner ou remplacer (HAS,ESH,SFHTA)

Appareil anaéroïde : léger mais trop fragile
risque de sous évaluation +++

…Du coté où la TA est la plus élevée, repos de deux minutes minimum, assis ou couché, puis debout, brassard adapté, du coté ou la TA est la plus élevée…. à au moins 2 consultations…

Que nous apprend la mesure ambulatoire ? (AMT ou MAPA)

		CABINET	
	TA	Normale S≤ 140 D≤ 90	Augmentée S> 140 D> 90
AMBULATOIRE	Normale S ≤ 135 D ≤ 85	TA Normale 53 % hypertendus traités sont équilibrés	HTA Blouse Blanche 7 à 30 % traités à tort !
	Augmentée S > 135 D> 85	HTA Ambulatoire isolée 20 à 50 % hypertendus traités équilibrés au cabinet !	HTA Persistante 47 % hypertendus insuffisamment équilibrés

Pourquoi choisir l'Auto Mesure Tensionnelle ? ses avantages et ses inconvénients

- Adhésion traitement + diagnostic :
  AMT>>>MAPA
- Accessibilité
  AMT >>>MAPA
- Acceptabilité
  AMT 90%> MAPA 50%

- Mesure la nuit :
  MAPA>> AMT
- Anxiogène
  +
  Risque d'automédication

Valeur pronostic MAPA ? AMT ? > cabinet
Objectif thérapeutique : cabinet +++

Quelles limites pour l'utilisation de L'AMT ? (ESH, SFHTA)

1. Fréquence cardiaque élevée, Arythmie
2. Anxiété
3. Enfant, femme enceinte
4. Troubles cognitifs , handicap physique (sauf si aide extérieur)
5. Circonférence brachiale > 32 ou < 26
   sauf si il existe un brassard adapté

Quelles indications restent pour la MAPA ? (SFHTA 2013)

Mesure ambulatoire de la pression artérielle sur 24heures

1. Diagnostic de l'HTA si impossibilité d'AMT
2. Suspicion d'épisodes d'hypotension

   (sujets âgés ou diabétiques)
3. PA normale + atteinte d'organe cible

   (AVC , insuffisance rénale, angor, d'un « normo tendu »)
4. TA cabinet et AMT

EN RÉSUMÉ
Pourquoi recourir à l'Auto Mesure Tentionnelle ?

Poser le diagnostic d'HTA
Sauf si TA >180/110

≥ 140/90 au cabinet

+

≥ 135 /85 en AMT

➔ MAPA ± = AMT

Assurer le suivi de tout patient hypertendu ou non

1. HTA blouse blanche
2. HTA masquée
3. HTA résistante
4. Equilibre du traitement

➔ AMT >>>>> MAPA
car augmente l'adhésion du patient

En pratique comment faire ? (Dr Girault)

- Le prêt par le médecin offre de nombreux avantages :

1. Choix des caractéristiques de l'ATM
   (validation, date d'achat, mémorisation des mesures…)
2. Évite l'usage abusif de l'appareil
3. Suffisant ! quelques jours de mesures par an
4. Préserve les ressources communes naturelles
5. Economique pour le patient

- Avoir un ATM = Pas d'avantage patient démontré

Comment choisir un appareil pour la pratique ? (ESH, HAS, SFHTA)

- Listes européennes d'ATM validé cliniquement +++

  www.dableducational.org

- modèles huméraux >> radiaux (obèses)

- la validation CE ne suffit pas .

Quelles caractéristiques techniques ? (ESH 2008)

Recommandées

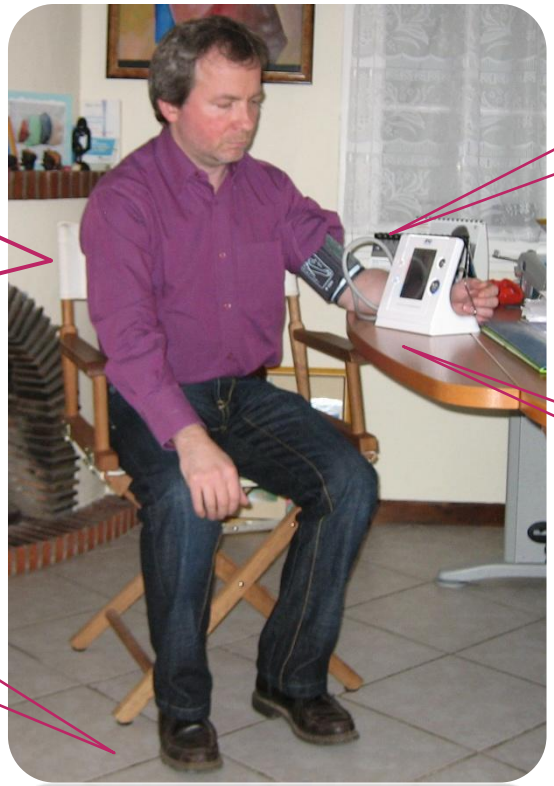
Simple, Automatisé, Facile à lire
Mémoire suffisante
Calcul de la moyenne
Brassard : large et normal

En Option

Détection d'arythmie + mouvement
Calcul de la moyenne DU MATIN et DU SOIR
Télétransmission +/- Transcription
Alerte et programmation des mesures
Mesure nocturne automatisée

Comment faire avec un patient ? (ESH, SFHTA, Dr Girault)

1. Faire une mesure au cabinet du coté où la TA est la plus élevée
2. Expliquer la position, les conditions de mesures , la notice :



Membres détendus
Repos > 5 min
Dos en appui

Brassard à environ 2 cm
Au dessus du pli du coude

Avant bras
Posé sur la table

Pieds au sol
Décroisés

3. Que seule la moyenne aura de la valeur + ne pas prêter à un tiers
4. Noter le n° de l'appareil prêté, à rapporter dès que possible

Comment faire à la maison ?
Combien de mesures ?
Combien de jours ?

RECOMMANDATION ESH 2008
« semaine de travail »

- Le matin et le soir, avant le repas et les médicaments
- 30 min sans cigarette, ni café
- Au calme depuis 5 minutes, sans parler,
- 2 ou 3 mesures , espacée de 1 ou 2 minutes
- Pendant 3 à 7 jours
- Si « réaction d'alerte » : effacer le premier jour des mesures

RECOMMANDATION , SFHTA 2013
« 3mesures matin, 3 mesures le soir pendant 3 jours »

EN CONCLUSION
L' automesure est une méthode recommandée

diagnostic + suivi + éducation

du patient hypertendu ou non

- AMT ?>? MAPA : les études manquent
- Intérêt majeur : HTA blouse blanche
- Qualité de mesure au cabinet : ***capitale !***
- Discordance des mesures : ***répéter !***