

# Ma pression artérielle va être mesurée sur 24 heures (MAPA)

**Le site du Docteur Sélim NASSIF**

Adresse du site : [www.docvadis.fr/s.nassif](http://www.docvadis.fr/s.nassif)



Validé par  
le Comité Scientifique Cardiologie

Cette mesure est possible avec un appareil de mesure qui enregistre la pression artérielle tout au long de la journée. Il permet de contrôler les variations quotidiennes de votre pression artérielle et de dépister une éventuelle hypertension artérielle.

## **Pourquoi mon médecin m'a-t-il prescrit une mesure ambulatoire de la pression artérielle, une MAPA ?**

Votre médecin a besoin d'obtenir un enregistrement de votre pression artérielle sur une durée de 24 heures.

L'appareil permet de dépister une éventuelle hypertension artérielle et ses variations au cours des 24 heures.

Il est également utile pour vérifier la pression artérielle des personnes qui suivent un traitement contre l'hypertension.

## **Comment la pose de cet appareil s'effectue-t-elle ?**

L'appareil est souvent appelé Holter tensionnel, du nom de l'inventeur de la méthode, par extension du Holter effectué pour surveiller le cœur. Il sera mis

en place par votre médecin à son cabinet.

L'appareil d'enregistrement est fixé à votre ceinture, il est relié à un brassard fixé autour de votre bras.

Le médecin l'installe généralement le matin et vous l'enlèverez le lendemain.

Au cours des 24 heures, la pression artérielle sera prise toutes les 15 minutes pendant la journée et toutes les 30 minutes pendant la nuit.

## **Quelles précautions dois-je prendre pendant ces 24 heures ?**

Ne changez rien à vos activités habituelles.

Notez que la prise de pression artérielle s'accompagne d'un léger bruit lié au gonflement du brassard.

Veillez à avoir le bras bien tendu lorsque le brassard gonfle automatiquement au moment de la mesure.

Il vous sera demandé de noter l'heure de vos repas, de vos activités physiques et de la prise de vos médicaments.

Notez également l'horaire en cas de symptômes (maux de tête, sensations vertigineuses, fatigue brutale inexplicée, bouffées de chaleur).

Tant que vous porterez l'appareil de mesure, vous ne pourrez pas prendre de douche ni de bain.

## **Quels sont les avantages d'un tel enregistrement ?**

Cet appareil permet de recueillir les chiffres de votre pression artérielle de jour comme de nuit.

Il évite le phénomène de stress éprouvé chez le médecin, qui peut entraîner une augmentation de la pression artérielle ne reflétant pas votre pression artérielle habituelle.

Il renseigne sur les variations de la pression artérielle pendant l'effort, le repos, le sommeil.

Grâce aux valeurs recueillies, le médecin pourra adapter au mieux votre traitement.

Le diagnostic et le suivi de votre hypertension artérielle peuvent nécessiter la mesure ambulatoire de votre pression artérielle, une MAPA, aussi appelée Holter tensionnel, afin d'adapter au mieux votre traitement.