



## HYPERTENSION ARTÉRIELLE - LE TUEUR SILENCIEUX

L'hypertension artérielle (HBP), également appelée hypertension, est souvent appelée un « tueur silencieux » parce qu'elle ne signale aucun signe ou symptôme d'avertissement, en particulier pendant ses premiers stades de développement. Par conséquent, de nombreuses personnes ne sont pas diagnostiquées et deviennent à risque de crise cardiaque ou d'accident vasculaire cérébral, deux principales causes de décès.



### Tension artérielle

La pression artérielle (TA) est le degré de force du sang poussant contre les parois des artères causée par la contraction du muscle cardiaque. La relation entre la TA et le risque d'événements liés aux maladies cardiovasculaires (p. ex. crise cardiaque, insuffisance cardiaque et accident vasculaire cérébral) est importante et indépendante des autres facteurs de risque. De plus, plus la TA est élevée, plus les risques de crise cardiaque, d'insuffisance cardiaque, d'accident vasculaire cérébral et de maladies rénales sont élevés. Votre BP est modifiable ou sinon c'est quelque chose que vous pouvez faire quelque chose. Par conséquent, savoir comment la TA est mesurée et classée peut vous aider à la gérer efficacement et à réduire le risque d'avoir un événement cardiovasculaire inattendu, surtout si vous avez reçu un diagnostic de RAP.

### Mesure de la TA

La PA est mesurée en millimètres de mercure (mmHg) à l'aide de deux nombres exprimés en fraction. Le nombre supérieur est la pression artérielle systolique (SBP) mesurant la pression dans les artères lorsque le cœur se contracte. Le nombre inférieur est la pression artérielle diastolique (DBP) mesurant la pression dans les artères entre les contractions. Si vous souffrez de RAP, il est important de mesurer votre TA souvent, sinon tous les jours, à l'aide d'un tensiomètre à domicile que vous pouvez utiliser vous-même. Il est utile de conserver un registre de vos lectures de TA, que vous pouvez partager avec votre médecin.

### Faits sur l'hypertension artérielle

- À l'échelle mondiale, le RAP est responsable d'environ 19 % des décès et représente jusqu'à 50 % des décès causés par les maladies cardiaques et les accidents vasculaires cérébraux, tout en étant l'une des principales causes de maladies rénales et d'insuffisance rénale.
- Au Canada, 22,7 % des adultes souffrent d'hypertension artérielle diagnostiquée, tandis que près de 50 % des adultes souffrent d'hypertension aux États-Unis.
- Le RAP contribue à près de 500 000 décès chaque année aux États-Unis<sup>1</sup>, tandis qu'au Canada, le taux de mortalité par hypertension ajusté selon l'âge est de 2,79 décès pour 100 000 personnes.
- Seulement environ 25% des adultes hypertendus aux États-Unis l'ont sous contrôle, alors qu'au Canada, 66% l'ont pris en charge.
- Plus la pression artérielle est élevée, plus la probabilité de crise cardiaque, d'échec d'une ouïe, d'un accident vasculaire cérébral et d'une maladie rénale est élevée.
- Les femmes hypertendues sont plus susceptibles d'avoir des complications pendant la grossesse que les femmes qui ne sont pas hypertendues.
- Les hommes et les femmes afro-américains ont des taux plus élevés d'hypertension par rapport à tous les autres groupes raciaux ou ethniques et plus susceptibles d'être hospitalisés pour l'hypertension.



## HYPERTENSION ARTÉRIELLE - LE TUEUR SILENCIEUX

Connaissez Vos Chiffres BP - Cela Pourrait Vous Sauver La Vie!

BLOOD PRESSURE CATEGORY	SYSTOLIC mm Hg (upper number)	and/or	DIASTOLIC mm Hg (lower number)
BLOOD PRESSURE CATEGORY	LESS THAN 120	and	LESS THAN 80
ELEVATED	120 - 129	and	LESS THAN 80
HIGH BLOOD PRESSURE (HYPERTENSION) STAGE 1	130 - 139	or	80 - 89
HIGH BLOOD PRESSURE (HYPERTENSION) STAGE 2	140 OR HIGHER	or	90 OR HIGHER
HYPERTENSIVE CRISES (consult your doctor immediately)	HIGHER THAN 180	and/or	HIGHER THAN 120

### Classification de la PA

Bp est classé en cinq catégories. Il est important de savoir que vos numéros de TA b / c le traitement, ainsi que la gestion et la prévention du HBP sont basés sur la catégorie de pression artérielle dans laquelle vous pourriez tomber.

Le RAP est une entreprise risquée. Il existe une constellation de facteurs modifiables et non modifiables qui vous exposent à un risque de RAP. Cela dit, il est important de comprendre que le RAP est traitable et évitable.

Savoir quels facteurs de risque modifiables contribuent au RAP peut aider à le traiter, à le gérer et à le prévenir.

#### Facteurs de risque modifiables pour le RAP

Voici les facteurs qui sont sous notre contrôle, notamment:

Régime alimentaire malsain faible en aliments à base de plantes entières, riche en sel, en sucre et en matières grasses généralement associés à des carences en nutriments dans les aliments transformés

Mode de vie sédentaire/inactivité physique

Apnée du sommeil

Tabagisme et usage du tabac

Consommation excessive d'alcool

Excès de stress

#### Facteurs de risque non modifiables du RAP

Les facteurs de risque non modifiables sont les variables qui ne sont pas modifiables et qui comprennent:

Génétique/antécédents familiaux – On sait que le RAP fonctionne dans les familles.

Sexe – Avant l'âge de 60 ans, plus d'hommes que de femmes ont le RAP, mais après l'âge de 60 ans, il y a des changements.

Race ou origine ethnique – Les Afro-Américains sont plus à risque d'avoir le RAP à un plus jeune âge. Parmi les Hispaniques, les cubains et ceux d'origine portoricaine et dominicaine présentent un risque plus élevé de RAP.

Âge – La pression artérielle a tendance à augmenter avec l'âge, mais peut également affecter les personnes plus jeunes.

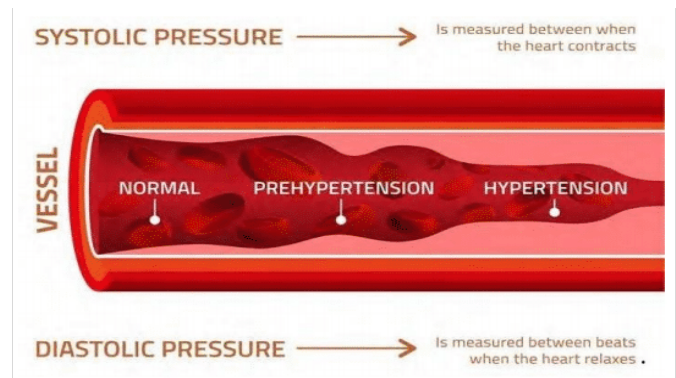


## HYPERTENSION ARTÉRIELLE - LE TUEUR SILENCIEUX

### Le lien entre le RAP et les maladies rénales

Il s'avère que le HBP est un facteur de risque indépendant pour l'athérosclérose, par lequel, artères desservant les reins (ainsi que le cœur et d'autres organes du corps) deviennent épaissis, durcis et rétrécis par l'accumulation de plaque, limitant le flux sanguin vers les reins. Finalement, les reins sont endommagés, altérant le système RAAS et la capacité des reins à gérer correctement les niveaux de sodium et de liquide et à éliminer les déchets et les excès de liquides, ce qui provoque une augmentation de la pression artérielle. Au fur et à mesure que l'accumulation excessive de liquides augmente dans les vaisseaux sanguins, la pression artérielle endommage encore plus les reins, créant ainsi un cycle physiopathologique dangereux conduisant à une maladie rénale chronique (MRC).

Le RAP est l'une des principales causes de maladie rénale et d'insuffisance rénale aux États-Unis et au Canada. Le RAP et la maladie rénale chronique sont inextricablement liés en ce que le RAP peut causer une maladie rénale chronique et vice versa. Les reins régulent la pression artérielle (ainsi que le volume sanguin et le pH sanguin) par l'intermédiaire d'une série de réactions appelées le système rénine-angiotensine-aldostérone (RAAS). Le RAAS est essentiel au maintien de l'équilibre entre les fluides et le sodium, à la régulation de l'hypertension, aux lésions rénales progressives et à la physiopathologie du HBP. Il est fortement impliqué dans l'hypertension reovasculaire, où la BP accrue est provoquée par un blocage partiel ou complet d'une ou plusieurs artères rénales et de leurs branches associées.



### STRAUSS HEARTDROPS & STRAUSS KIDNEY & BLOOD PRESSURE DROPS



**Strauss Heartdrops® & Kidney & Blood Pressure Drops®** pris en tandem peut aider à prévenir et à gérer les facteurs de risque modifiables associés au RAP et à atténuer leurs effets délétères, tout en limitant les effets des facteurs de risque non modifiables en réduisant le nombre de facteurs de risque modifiables et le fardeau qu'ils imposent au système cardiovasculaire.

**Strauss Heartdrops® & Kidney & Blood Pressure Drops®** sont tous deux fabriqués à partir d'herbes soigneusement sélectionnées qui, à travers des générations d'expérience et des centaines d'années d'utilisation historique à base de plantes, se sont avérées bénéfiques pour le système circulatoire et sont une intervention botanique particulièrement efficace pour HBP.

### Strauss Kidney & Blood Pressure Drops®

Comme il a été discuté ci-dessus, les reins sont fortement impliqués dans HBP en ce qu'ils règlent la tension artérielle et le volume sanguin par l'intermédiaire d'une série de réactions du RAAS. Par conséquent, il est crucial de garder les reins en bonne santé et de fonctionner correctement, surtout si vous souffrez de HBP. Please visit [www.straussnaturals.ca](http://www.straussnaturals.ca) to learn more about how a blend of 11 selected, proven herbs can keep your kidneys vital so as to better manage blood pressure and help prevent HBP and heart disease



## HYPERTENSION ARTÉRIELLE - LE TUEUR SILENCIEUX

**Strauss Heartdrops®** - Peut aider à prévenir et à gérer le RAP des façons suivantes avec les herbes suivantes :



### Aged Garlic - with S-Allyl Cysteine

- Diminue les LDL et les triglycérides, qui contribuent à l'athérosclérose un facteur de risque pour HBP
- Possède des effets d'agrégation d'anti-coagulant/anti-plaquette, de ce fait, abaissant la tension artérielle
- Sert d'antioxydant, qui réduit le stress oxydatif, un facteur de risque pour le RAP
- Réduit les plaques coronaires en réduisant la calcification de membrane
- Contrecarre les infections bactériennes, virales et fongiques, qui augmentent la pression artérielle

### Hawthorn Fruit, Flower, Leaf

- Abaisse l'hypertension artérielle en provoquant des vaisseaux sanguins à se détendre avec la stimulation de l'oxyde nitrique
- Diminue le cholestérol, qui contribue à l'athérosclérose, un facteur de risque de HBP
- Renforce les parois vasculaires, et détend également les muscles lisses des artères, là en abaissant BP
- Sert d'antioxydant, qui réduit le stress oxydatif, un facteur de risque pour le RAP



### European Mistletoe Leaf

- En tant que tonique du nerf vagal, favorise la stimulation du nerf vagal, qui réduit la pression artérielle



### Motherwort

- Contient des composés phytochimiques, ayant un effet relaxant sur les muscles lisses, comme les parois artérielles, réduisant ainsi la TA et la fréquence cardiaque



### Cayenne Fruit

- Influence la structure veineuse--vasodilates, qui réduit la pression artérielle



### Bilberry Leaf

- Gère les niveaux de sucre dans le sang et prévient l'oxydation du mauvais cholestérol, qui contribue au RAP
- Possède des propriétés antioxydantes, ce qui aide à prévenir l'accumulation de plaque artérielle (athérosclérose), un facteur de risque de HBP
- Possède la capacité globale d'équilibrer BP



Références disponibles sur demande. © Droit d'auteur 2023 Strauss Naturals Ltd. Tous droits réservés.

**Avertissement:** Les informations contenues dans cet article sont à des fins éducatives uniquement. Il n'est pas destiné à remplacer le diagnostic, le traitement ou les conseils d'un professionnel de la santé qualifié et agréé. Les faits présentés ne sont offerts qu'à titre d'information, et non de conseils médicaux, et personne ne doit en aucun cas en déduire que nous pratiquons la médecine. Demandez l'avis d'un professionnel de la santé pour une application appropriée de ce matériel à une situation spécifique. Aucune déclaration dans cet article ou sur notre site Web n'a été évaluée par la Food and Drug Administration. Tout produit mentionné ou décrit dans cet article ou sur notre site Web n'est pas destiné à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir une maladie.