

## **Comment dois-je mesurer correctement la pression artérielle au cabinet médical ?**

### **Procédure:**

- Les patients ne devraient pas avoir fumé ou avoir bu de l'alcool, du café, du thé ou des boissons énergisantes durant les 30 minutes qui précèdent la mesure de la pression artérielle
- La mesure doit se faire dans un endroit calme après 5 minutes de repos
- Les patients doivent être assis confortablement, le dos appuyé, les pieds au sol et le bras posé sur un support adéquat
- Choisir une manchette adéquate (utiliser une manchette large si la circonférence du bras est supérieure à 33 cm)
- La pression artérielle doit être mesurée avec la vessie vide
- Pendant la mesure: ne pas bouger, ne pas parler ou rire
- Trois mesures de pression doivent être prises à 1 -2 minutes d'intervalle
- La valeur de la 2<sup>e</sup> mesure ou la moyenne de la 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> mesure doit être enregistrée