

Sélections Santé Laval

Ce bulletin vise à rendre plus facile l'accès aux données de surveillance de l'état de santé de la population lavalloise.

L'hypertension artérielle | Un facteur de risque majeur pour plusieurs maladies

Selon les dernières statistiques de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), l'hypertension artérielle est le principal facteur de risque de décès à l'échelle mondiale, juste devant le tabagisme¹.

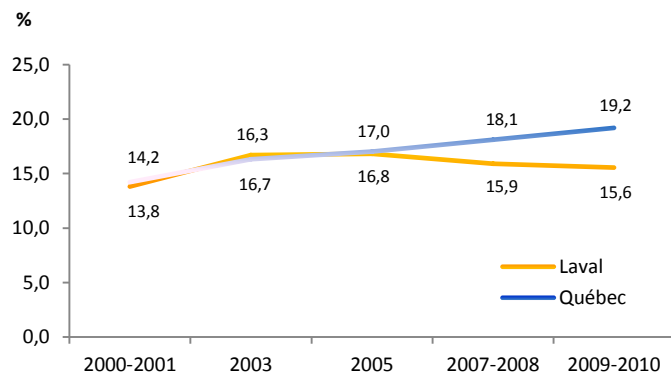
L'hypertension est une maladie chronique qui survient lorsque la pression artérielle demeure élevée (140/90 et plus) pendant des périodes prolongées². On peut définir la pression artérielle comme étant la force exercée par le sang sur les parois des artères. Plus elle est élevée et le demeure, plus les vaisseaux sanguins se détériorent³.

Si l'hypertension n'est pas traitée, le risque de subir un accident vasculaire cérébral (AVC), une crise cardiaque ou d'être atteint de démence, d'insuffisance rénale ou cardiaque et d'autres maladies chroniques augmente⁴. À Laval, comme dans l'ensemble du Québec, les maladies cardiovasculaires sont la deuxième cause la plus fréquente de décès après les cancers.

Stable à Laval, en hausse au Québec

L'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) permet d'estimer la prévalence d'hypertension dans la population en se basant sur des autodéclarations.

Figure 1 | Proportion de la population âgée de 20 ans et plus déclarant faire de l'hypertension, Laval et Québec, 2000-2001 à 2009-2010



Source : Statistique Canada, ESCC 2001-2001, 2003, 2005, 2007-2008 et 2009-2010.

En 2009-2010, les résultats de l'ESCC montrent qu'à Laval, près d'un adulte sur six (15,6 %) déclare souffrir d'hypertension. En 2013, cela pourrait représenter 49 000 Lavallois âgés de 20 ans et plus.

Au cours des dix dernières années, cette proportion est demeurée relativement stable comparativement à la hausse de près de 35 % qu'a connue l'ensemble du Québec, passant de 14,2 % à 19,2 %. Toutefois, en 2009-2010, la proportion de Québécois qui déclarent faire de l'hypertension (19,2 %) ne se démarque pas significativement de celle observée chez les Lavallois (15,6 %) (Figure 1).

Une fréquence qui s'accroît avec l'âge

Le durcissement des artères est une des conséquences normales du vieillissement. C'est pourquoi on constate un accroissement de la proportion de la population qui dit souffrir d'hypertension avec l'âge, et ce, tant à Laval que dans l'ensemble du Québec.

En 2009-2010, 40,2 % des Lavallois âgés de 65 ans et plus déclarent avoir un problème d'hypertension. Cette proportion diminue à 16,5 %⁵ chez les personnes âgées de 45 à 64 ans. L'écart observé entre ces deux groupes d'âges est statistiquement significatif (données non présentées)⁶.

Plus de femmes déclarent souffrir d'hypertension

À Laval, comme dans l'ensemble du Québec, parmi la population âgée de 20 ans et plus, les femmes sont plus nombreuses que les hommes à déclarer faire de l'hypertension.

En 2009-2010, c'est 18,2 % des Lavalloises qui disent souffrir d'hypertension contre 12,7 %⁷ des Lavallois. La différence observée entre les Lavallois de sexe opposé n'est toutefois pas significative (données non présentées)⁸.

Un tueur silencieux

L'hypertension est généralement asymptomatique, c'est pourquoi on lui attribue souvent le surnom de « tueur silencieux »⁹.

De 2007 à 2009 (cycle 1) et de 2009 à 2011 (cycle 2), l'Enquête canadienne sur les mesures de la santé (ECMS) a recueilli des mesures physiques directes de la population canadienne à domicile, telles que la pression artérielle. Contrairement à l'ESCC, les données de cette enquête sont basées sur des données mesurées.

¹ Organisation mondiale de la Santé (2012). Statistiques sanitaires mondiale 2012. http://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/FR_WHS2012_Full.pdf

² Agence de la santé publique du Canada (2010). Rapport du Système national de surveillance des maladies chroniques : L'hypertension au Canada, 2010.

³ <http://www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cvd-mcv/ccdss-snsmc-2010/index-fra.php>
Hypertension Canada. Site web.

⁴ <http://www.hypertension.ca/fr/quest-ce-que-la-pression-arterielle-dp1>

⁵ Agence de la santé publique du Canada (2010). Rapport du Système national de surveillance des maladies chroniques : L'hypertension au Canada, 2010. <http://www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cvd-mcv/ccdss-snsmc-2010/index-fra.php>

⁶ Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. La valeur de la proportion doit donc être interprétée avec prudence.

⁷ Statistique Canada, ESCC 2009-2010.

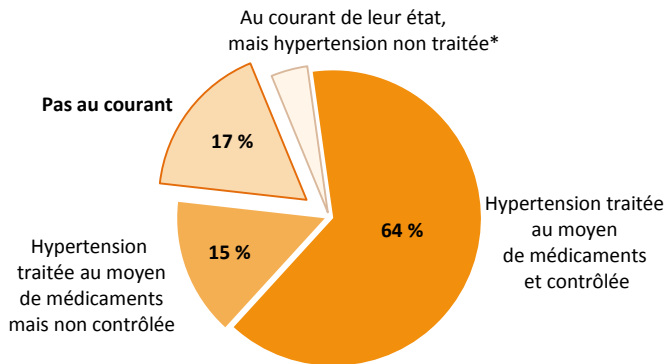
⁸ Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. La valeur de la proportion doit donc être interprétée avec prudence.

⁹ Statistique Canada, ESCC 2009-2010.

¹⁰ Agence de la santé publique du Canada (2010). Rapport du Système national de surveillance des maladies chroniques : L'hypertension au Canada, 2010. <http://www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cvd-mcv/ccdss-snsmc-2010/index-fra.php>

Le deuxième cycle de l'enquête (2009 à 2011) montre que 22 % des Canadiens âgés de 20 à 79 ans souffrent d'hypertension (donnée non présentée)¹⁰ et que 17 % d'entre eux ignorent leur état (Figure 2). En 2013, cela pourrait représenter 8 700 adultes lavallois âgés de 20 à 79 ans qui ignoreraient leur condition d'hypertendus.

Figure 2 | Pourcentage de Canadiens âgés de 20 à 79 ans faisant de l'hypertension qui sont au courant de leur état, dont l'hypertension est traitée au moyen de médicaments, dont l'hypertension est contrôlée, ou qui ne sont pas au courant de leur état, 2009 à 2011



* Coefficient de variation supérieur à 33,3 %. La valeur n'est pas présentée.

† L'hypertension est dite « contrôlée », lorsqu'avec la prise de médicaments, la pression artérielle est inférieure à 140/90.

Source : Statistique Canada, ECMS 2009 à 2011.

En 2013, on estime à 42 500 le nombre de Lavallois âgés de 20 à 79 ans qui déclareraient déjà connaître leur état¹¹. Si on les additionne aux 8 700 qui ignoreraient leur condition d'hypertendus, on obtient un total de 51 200 personnes qui souffriraient d'hypertension à Laval en 2013.

Par ailleurs, le premier cycle de l'enquête (2007 à 2009) nous apprend que 20 % des adultes canadiens sont préhypertendus (120-139/80-89)¹². Ainsi, au nombre déjà important de Lavallois qui seraient hypertendus en 2013, pourraient éventuellement s'ajouter les 59 700 Lavallois âgés de 20 à 79 ans qui seraient préhypertendus selon les statistiques obtenues par l'ECMS (cycle 1), et donc à risque élevé de développer de l'hypertension.

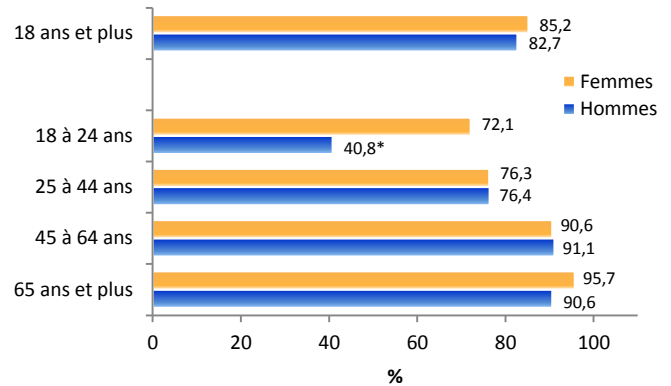
Par conséquent, il est fort probable que les résultats de l'ESCC présentés précédemment sous-estiment la prévalence réelle de l'hypertension.

L'importance de connaître sa pression artérielle

Il est recommandé de mesurer la pression artérielle chez tous les adultes, à chaque consultation clinique où il convient de le faire¹³. En effet, lorsque l'hypertension est diagnostiquée suffisamment tôt, même une légère baisse de la pression

artérielle peut permettre d'amoinrir les risques de complications¹⁴. L'Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP) a permis de recenser la population âgée de 18 ans et plus dont on a pris la tension artérielle.

Figure 3 | Proportion d'adultes lavallois dont on a pris la tension artérielle lors de la dernière consultation d'un médecin généraliste, parmi ceux qui ont consulté un médecin généraliste au cours de la dernière année, selon l'âge et le sexe, 2008



* Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. La valeur de la proportion doit donc être interprétée avec prudence.

Source : Institut de la statistique du Québec, EQSP 2008.

En 2008, c'est plus de 8 Lavallois sur 10 dont on a pris la tension artérielle au cours de leur dernière visite chez le médecin. Avec l'âge, la prise de la tension chez les Lavallois est de plus en plus fréquente (Figure 3).

Toutefois, une enquête populationnelle sur les pratiques cliniques préventives à Montréal et en Montérégie en 2010 constate que la prise de la tension artérielle, au cours des deux dernières années, est de 92,6 % chez les adultes ayant un médecin de famille, alors qu'elle est à peine de 62,4 % chez ceux qui n'ont pas de médecin de famille¹⁵. Ces résultats illustrent l'importance de l'accès aux services de santé pour prévenir cette maladie.

Prévenir l'hypertension

En conclusion, soulignons que l'hypertension est un facteur de risque modifiable. Son dépistage, par la prise de la pression artérielle, en est d'autant plus déterminant.

On peut prévenir l'hypertension en adoptant un mode de vie sain : avoir de bonnes habitudes alimentaires, réduire son apport quotidien en sel, modérer sa consommation d'alcool, maintenir un poids santé, gérer son stress et pratiquer une activité physique sur une base régulière. Ces bonnes habitudes de vie peuvent également suffire à contrôler l'hypertension, mais il faut parfois y ajouter l'appui de médicaments antihypertenseurs¹⁶.

¹⁰ Statistique Canada, ECMS 2009 à 2011.

¹¹ En 2009-2010, 14,25 % des Lavallois âgés de 20 à 79 ans déclarent souffrir d'hypertension (Statistique Canada, ESCC 2009-2010). C'est à partir de cette statistique qu'a été estimé le nombre de Lavallois âgés de 20 à 79 ans qui disent connaître leur état en 2013.

¹² Statistique Canada, ECMS 2007 à 2009.

¹³ Groupe d'étude canadienne sur les services de santé préventifs et Canadian Hypertension Education Program (2012). Recommendations on screening for high blood pressure in Canadian Adults.

<http://canadiantaskforce.ca/wp-content/uploads/2012/10/CTFPHC-hypertension-recommandations-final-reformat.pdf?9d7bd4>

¹⁴ Agence de la santé publique du Canada (2010). Rapport du Système national de surveillance des maladies chroniques : L'hypertension au Canada, 2010.

<http://www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cvd-mcv/ccdss-snsmc-2010/index-fra.php>

¹⁵ Agence de la santé et des services sociaux de Montréal et Institut national de santé publique du Québec (2012). Les pratiques cliniques préventives. Résultats de l'enquête populationnelle 2010, 58 pages.

¹⁶ Agence de la santé publique du Canada (2010). Rapport du Système national de surveillance des maladies chroniques : L'hypertension au Canada, 2010.

<http://www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cvd-mcv/ccdss-snsmc-2010/index-fra.php>