

Mon But :

Prendre mon médicament de pression artérielle comme prescrit

Vous jouez un rôle très important dans le contrôle de votre pression artérielle. Si votre professionnel de la santé a prescrit des médicaments pour traiter votre pression artérielle élevée, il est important que vous les preniez comme ils sont prescrits.

Ils existent plusieurs options et solutions pour vous aider à gérer vos médicaments. Avec le soutien de votre professionnel de la santé, vous pouvez trouver un plan de traitement optimal pour vous.

Saviez-vous ?

La plupart des gens avec une pression artérielle élevée prennent des médicaments pour le reste de leurs vies. Néanmoins, si vous réussissez à faire des changements de vie (par ex. l'alimentation saine, l'exercice, etc.), peut-être vous serez capable de baisser vos niveaux de médicaments.

Deux tiers des patients ont besoin de plus d'un médicament pour contrôler leur pression artérielle élevée. Parlez avec votre professionnel de la santé ou votre pharmacien à propos des combinaisons des drogues qui pourraient réduire le nombre total de médicaments que vous prenez chaque jour.

Les types de médicaments pour la pression artérielle

Les médicaments ne guériront pas votre pression artérielle élevée, mais peuvent aider à l'abaisser ou à la contrôler. C'est important de les prendre comme ils sont prescrits.

Les médicaments de pression artérielle incluent :

□ **Inhibiteurs de récepteurs d'angiotensine (IRA)***

□ **Les inhibiteurs de l'enzyme de conversion de l'angiotensine (ECA)***

Ces deux groupes de médicaments fonctionnent différemment pour relaxer les vaisseaux sanguins et pour aider à abaisser votre pression artérielle. **Si vous prenez des médicaments des deux groupes, il serait peut être nécessaire d'ajuster vos médicaments*

□ **Les bêtabloquants** – réduisent votre rythme cardiaque, l'action pompage du cœur et la quantité de sang pompé par le cœur par minute, ainsi abaissant la pression artérielle

□ **Les diurétiques (incluant les Thiazidiques)** – communément appelés « pilules pour éliminer » augmentent l'excrétion du sodium (sel) par les reins, diminuant le volume sanguin et contribuant ainsi à abaisser la pression artérielle

□ **Les inhibiteurs ou les antagonistes de canaux calciques** – bloquent le passage de calcium dans les cellules musculaires qui contrôlent la grandeur d'ouverture des vaisseaux, dilatent les vaisseaux sanguins; aident à abaisser la pression artérielle et a réduire le rythme cardiaque

□ **Inhibiteurs directs de la rénine** – suppriment un système hormonal qui réglemente la pression artérielle et l'équilibre fluide, ce qui permet de contrôler la pression artérielle pendant 24 heures

□ **Les statines** – des médicaments de cholestérol qui n'abaissent pas la pression artérielle, mais sont souvent prescrits pour la protection vasculaire pour les patients avec une pression artérielle élevée, et qui ont aussi d'autres facteurs de risque vasculaire

Peut-être que vous avez des questions ou des soucis en ce qui concerne vos médicaments de pression artérielle, par exemple :

« Ma pression artérielle s'améliore, peux-je diminuer la dose de mon médicament ou cesser de le prendre ? »

C'est très important de continuer à prendre vos médicaments comme prescrits, même si vous vous sentez mieux ou vous remarquez une réduction de votre pression artérielle.

« J'ai peur des effets secondaires des médicaments. »

« Je n'ai pas les moyens d'acheter mes médicaments. »

« Je prends les médicaments en vente libre, j'utilise les médicaments traditionnels ou les remèdes à base d'herbes, est-ce que ceci est un problème? »

Des questions, des soucis ou la difficulté avec les médicaments devraient être toujours discutés avec votre professionnel de la santé ou votre pharmacien. Ils existent beaucoup d'options et beaucoup de soutien pour assurer que vos médicaments fonctionnent pour vous.

Quelques conseils pour ne pas oublier vos médicaments :

- ✓ Prenez vos médicaments à la même heure tous les jours
- ✓ Utilisez un pilulier (sauf s'ils doivent être gardés dans leur contenant original) ou demandez à votre pharmacien à propos d'un emballage blister quotidien
- ✓ Utilisez des aide-mémoire visuels, mettez vos médicaments sur le comptoir de la cuisine ou votre table de chevet, mettez un autocollant sur le miroir de la salle de bain, ou réglez une alarme
- ✓ Inscrivez sur votre calendrier la date à laquelle votre ordonnance prend fin et assurez-vous de la renouveler avant cette date. S'il vous reste des comprimés à cette date, c'est un signe que vous avez peut-être besoin d'autres stratégies de rappel.
- ✓ Lorsque vous oubliez de prendre une dose de votre médicament, parlez avec votre pharmacien ou votre professionnel de la sante comment recommencer avec les doses habituels pour maintenir votre pression artérielle sous contrôle.

