



Hypertension Artérielle (HTA) et Travail

Pôle Santé Travail Loir-et-Cher
Livret Prévention

www.polesantetravail41.fr

Définition

L'Hyper Tension Artérielle (HTA) signifie une pression excessive dans les artères. Elle accèle le vieillissement du cœur et des artères. Le travail du muscle cardiaque est augmenté en raison de la pression plus forte à laquelle il est soumis.

Quand peut-on parler d'HTA ?

La valeur limite pour une tension artérielle normale est de : **(Systolique) 14/90 (Diastolique)**

Le diagnostic d'HTA doit être confirmé par des lectures répétées.

Quelles conséquences sur la santé ?

L'Hyper Tension Artérielle est l'une des principales causes de développement de maladies graves, parfois handicapantes.

ATTEINTES NEUROLOGIQUES

- Accidents Vasoculaires Cérébraux (AVC).
- Les HTA sont responsables de 40% des AVC, qui peuvent provoquer une paralysie temporaire ou définitive ou une difficulté à parler, voire une perte de connaissance.
- Trouble de la mémoire et démence vasculaire.



ATTEINTES CARDIOVASCULAIRES

- Infarctus du myocarde, angine de poitrine (atteinte des artères du cœur).
- Artérite (atteinte des artères des jambes).
- Insuffisance rénale (atteinte des reins).
- Lésion de la rétine pouvant entraîner une perte de vue (atteinte des yeux).



Quels symptômes peuvent vous alerter ?

Dans la plupart des cas, il n'y a aucun symptôme. Cependant, on peut retrouver des signes non spécifiques tels que :

- Maux de tête
- Saignements de nez
- Vertiges
- Fatigue
- Difficulté de concentration
- Douleurs dans la poitrine
- Essoufflements
- Troubles de la vision

Quels sont les facteurs favorisant l'HTA ?

- Antécédents familiaux

- Surpoids

- Tabac, Alcool

- Manque d'activité physique

- Stress

- Alimentation trop salée

- Excès de lipide dans le sang (cholestérol, triglycérides)



Pour plus d'informations, contactez votre médecin du travail !

Quelles conséquences sur le travail ?

Une tension artérielle trop élevée peut être à l'origine d'accident du travail, surtout sur les postes à risques tels que les conducteurs de véhicules (légers ou lourds), d'engins (chariots élévateurs...), les travailleurs en hauteur...

Règlementation

(arrêté du 18 décembre 2015)

Un nombre d'affections médicales (liste réglementaire) est incompatible avec l'obtention ou le maintien du permis de conduire.

HTA ET CONDUITE DE VÉHICULES LÉGERS

TA > 22/13

- Pas de conduite :
- « Si la pression artérielle systolique est supérieure à 220 mm Hg,
- Si la pression artérielle diastolique est supérieure à 130 mm Hg,
- En cas de signes de HTA maligne. »



HTA ET CONDUITE DE VÉHICULES LOURDS

TA > 18/10

- Pas de conduite :
- « Si la pression artérielle systolique est supérieure à 180 mm Hg,
- Si la pression artérielle diastolique est supérieure à 100 mm Hg,



Que peut faire votre Service de Prévention et de Santé au Travail ?

Un professionnel de santé, Médecin du Travail ou Infirmier Santé Travail, peut vous conseiller, vous orienter, voire demander un suivi médical par votre médecin généraliste.

Votre aptitude ne sera pas remise en cause si l'HTA est correctement traitée et surveillée.

Comment surveiller votre tension ?

- Faire contrôler votre tension par votre médecin traitant ou votre pharmacie.
- Réaliser également, des auto-mesures à l'aide d'un autotensionnaire, en réalisant la **règle des 3**.
- Répertoirez les résultats sur un « relevé d'automatisme tensionnelle » à télécharger sur **ameli.fr**.
- Apportez ces résultats à votre médecin traitant.



LA RÈGLE DES 3

- ✓ **3** jours de suite
- ✓ **3** fois de suite le matin
- ✓ **3** fois de suite le soir

Effectuez les mesures
au calme



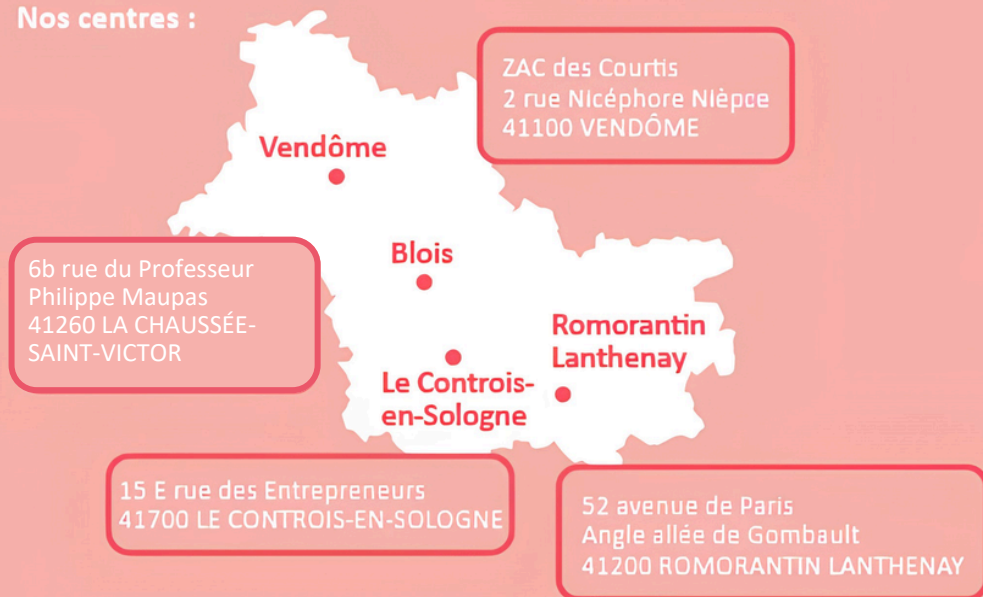
Pour plus d'informations, contactez votre médecin du travail !

Créée le 7 octobre 1947, Pôle Santé Travail Loir-et-Cher est constituée sous la forme d'une association (loi 1901) à but non lucratif.

Elle est mandatée par les entreprises adhérentes pour assurer l'organisation, le fonctionnement et la gestion du Service de Prévention et de Santé au Travail Interentreprises (SPSTI) dans le cadre des dispositions législatives et réglementaires en vigueur.

Titulaire d'un agrément délivré pour cinq ans par la DREETS, l'association suit près de 60 000 salariés et couvre l'ensemble des secteurs d'activité des entreprises du département, à l'exception des secteurs agricole et du bâtiment/travaux publics.

Nos centres :



Suivez-nous sur



Pôle Santé Travail Loir-et-Cher
- Service de Prévention et Santé au Travail

Version mise à jour 2026

