

## Objectif de la FOCAM:

Permettre à chaque citoyen de disposer des médicaments dont il a besoin, en quantité nécessaire et selon la qualité requise, partout où il se trouve, sans que cela ne l'appauvrisse.

## Domaines de travail

- ◇ Accompagnement des pouvoirs publics au renforcement du système pharmaceutique;
- ◇ Accompagnement des pouvoirs publics, des formations sanitaires et des partenaires à la mise en place des mécanismes d'approvisionnement, de distribution et de gestion des médicaments et autres produits de santé, des procédures et des outils d'aide à la décision ;
- ◇ Renforcement des capacités des prestataires à la gestion adéquate des médicaments et autres produits de santé ;
- ◇ Organisation des approvisionnements, du stockage et de la distribution des médicaments essentiels et autres produits de santé aux formations sanitaires pour son propre compte ou pour le compte de tiers ;
- ◇ Réalisation d'études, analyses et évaluations sur les questions liées à l'accès aux médicaments .

## CONTENU

Attention à l'utilisation non contrôlée des antihypertenseurs	1
L'hypertension artérielle en 5 points	2
Les médicaments de l'hypertension artérielle	2
Les effets indésirables des antihypertenseurs	3
Médicaments à éviter chez l'hypertendu	4

## **Attention à l'utilisation non contrôlée des antihypertenseurs**

L'Hypertension artérielle figure en première ligne des maladies non transmissibles, en raison de sa forte prévalence et aussi de sa mortalité élevée. Elle constitue un problème de santé publique ayant motivé la consécration par l'OMS, du 17 mai comme Journée mondiale de l'hypertension artérielle. Le thème retenu pour la célébration en 2024 a été « *Apprenez à connaître votre tension artérielle et contrôlez-la* ». Il met en lumière la nécessité de faire mesurer régulièrement sa tension artérielle.

Cette stratégie permet à la population de connaître sa tension artérielle et ainsi inverser les statistiques qui montrent que plus 50% des adultes hypertendus ignorent leur statut et que plus de 60 % ne reçoivent pas de traitement. Pour être efficace, elle doit s'accompagner d'un traitement adéquat, administré par un personnel formé.

Or, le premier risque encouru par la vulgarisation de la prise de la tension artérielle est la propagation de l'automesure tensionnelle qui peut aboutir à une automédication, surtout dans le contexte où la dispensation des médicaments dans les officines de pharmacie, y compris les antihypertenseurs, se fait couramment en l'absence de prescription médicale.

Les causes de l'hypertension étant variées, les classes d'antihypertenseurs sont également différentes. C'est pourquoi, la Fondation Congolaise pour l'Accès aux Médicaments s'inquiète de la situation actuelle de la prescription et la dispensation des anti-hypertenseurs, à tous les niveaux du système de soins.

Par ailleurs, les médicaments pour la prise en charge de l'hypertension artérielle possèdent, à l'instar des autres médicaments, des effets secondaires qui ne sont pas toujours connus et qui peuvent aggraver d'autres pathologies présentées par le sujet hypertendu.

Enfin l'association des antihypertenseurs avec d'autres médicaments notamment pour des sujets polyopathologiques, n'est pas toujours sans risque.

La FOCAM veut donc à travers ce numéro de son bulletin mensuel d'information, *Health Information Point*, sensibiliser sur les risques liés à l'automédication avec les antihypertenseurs et plaider, dans l'intérêt de la santé publique pour un retour aux bonnes pratiques de prescription et de dispensation de cette classe de médicaments.

Elle souhaite à tous les lecteurs du HIP, de bonnes fêtes de fin d'année, sans facteurs d'élévation de la tension artérielle.

**Dr Ray MANKELE**  
Président de la FOCAM

---

## L'hypertension artérielle en 5 points

---

1. La tension artérielle, parfois appelée pression artérielle mesure la pression exercée par le sang sur la paroi des artères. Il faut un niveau minimal de pression pour que le sang puisse circuler dans tout l'organisme. Lorsque cette pression est insuffisante, on parle d'hypotension. **Lorsque cette pression est trop élevée, on parle d'hypertension.**
2. La pression artérielle est mesurée par deux valeurs. La première correspond à la pression au moment de la contraction du cœur : c'est la pression systolique ou pression maximale. La deuxième correspond au relâchement du cœur : c'est la pression diastolique ou minimale. **Une seule valeur de la pression artérielle n'est pas significative.**
3. La pression artérielle augmente naturellement avec l'âge. En moyenne, tous les 10 ans, la pression systolique s'élève de 0,5 et la pression diastolique de 0,2. **Chez plus de la moitié des personnes ayant passé 60 ans, même en bonne santé, on observe une élévation de la pression systolique au-dessus de 14.**
4. L'hypertension artérielle est souvent silencieuse, sans signe particulier mais est l'un des principaux facteurs de risque des maladies cardiaques, de l'insuffisance rénale et des accidents vasculaires cérébraux ou AVC, d'où **la nécessité de la prévenir, la dépister et la contrôler.**
5. Deux mécanismes peuvent expliquer l'hypertension artérielle : soit c'est le cœur qui pompe trop de sang dans les vaisseaux (augmentation du débit cardiaque) ; soit ce sont les vaisseaux qui ne supportent pas la quantité de sang pompée par le cœur (augmentation des résistances périphériques). **Le traitement de l'hypertension vise à réinstaurer l'adéquation entre la quantité de sang pompée par le cœur et la capacité des vaisseaux à recevoir cette quantité de sang.**

Pour plus d'information:

Poirier L, Milot A, Aide-mémoire thérapeutique - Hypertension - 2e édition. Montréal, Canada : Société québécoise d'hypertension artérielle, 2022

<https://www.emro.who.int/fr/media/actualites/world-hypertension-day-on-17-may-2024-know-your-blood-pressure-acoit.html#:~:text=Centr...>

---

## Les médicaments de l'hypertension artérielle

---

Cinq classes d'antihypertenseurs sont utilisés en première intention pour le traitement de l'hypertension artérielle. Chacune d'elle vise à rétablir l'adéquation entre le volume de sang pompé par le cœur et la résistance des vaisseaux, en agissant sur le facteur de déséquilibre.

### 1. Les diurétiques thiazidiques

Ces médicaments favorisent l'élimination d'eau et de sel par les reins et diminuent le volume de liquide qui circule dans les artères, abaissant ainsi la pression qui s'exerce sur leur paroi. Les plus utilisés sont : l'hydrochlorothiazide (*Esidrex*®), la spironolactone (*Aldactone*®), l'indapamide (*Fludex*®) le furosémide (*Lasilix*®, *Furo-Denk*®, *Furosémide CRE*®)

### 2. Les bêtabloquants

Les bêtabloquants entraînent un ralentissement du rythme cardiaque et du débit cardiaque, expliquant l'effet antihypertenseur. C'est le cas de l'acebutolol (*Sectral*®) le bisoprolol (*Besicor*®, *Cardensiel*®, *Dentsiel*®), le métoprolol (*Met XL*®), le nevigolol (*Nebilong*®, *Nevibolol BGR*®, *Temerit*®, *Nebiem*®), le propranolol (*Propranolol TEV*®, *Propranolol BGR*®, *Normocardil*®), l'atenolol (*Tenormine*®, *Atenolol-Denk*®, *Atenolol SDZ*®, *Blokium*®, *Tensicard*®), le labetalol (*Trandate*®).

### 3. Les inhibiteurs calciques

Ces médicaments freinent l'entrée du calcium dans les muscles. C'est ce calcium qui est responsable de la contraction des artères et donc de la réduction de leur volume.

La prise de ces médicaments entraîne un relâchement des artères qui peuvent alors recevoir un plus grand volume de sang et donc abaisser la tension artérielle. C'est le cas avec l'amlodipine (*Amlodipine BGR*<sup>®</sup>, *Lopine*<sup>®</sup>, *Asomex*<sup>®</sup>, *Cardiotem*<sup>®</sup>, *Amaday*<sup>®</sup>, *Amapine*<sup>®</sup>, *Amcard*<sup>®</sup>, *Amep*<sup>®</sup>, *Aml-Denk*<sup>®</sup>, *Amloclass*<sup>®</sup>, *Amlodipine GP*<sup>®</sup>, *Amlodipine Pfizer*<sup>®</sup>, *Amlodipine VIR*<sup>®</sup>, *Amlonex*<sup>®</sup>, *Amlong*<sup>®</sup>, *Amlopres*<sup>®</sup>, *Amlor*<sup>®</sup>, *Amlostar*<sup>®</sup>, *Amlotensine*<sup>®</sup>, *Amlovas*<sup>®</sup>, *Asomex*<sup>®</sup>), le diltiazem (*Tildiem*<sup>®</sup>), le verapamil (*Isoptine*<sup>®</sup>), la lercanidipine (*Lercan*<sup>®</sup>, *Zanidip*<sup>®</sup>), la nicardipine (*Loxen*<sup>®</sup>, *Nicardipine AGT*<sup>®</sup>), la nifedipine (*Nifedi Denk*<sup>®</sup>, *Finawood*<sup>®</sup>).

### 3. Les inhibiteurs de l'enzyme de conversion (IEC)

L'angiotensine II est une hormone produite par le rein à partir d'une protéine présente dans le sang. Elle a un rôle important dans la régulation de la pression artérielle ; elle augmente celle et fatigue le cœur. Les IEC bloquent la production de l'angiotensine II et induisent une vasodilatation qui empêche l'augmentation de la pression artérielle. C'est le cas du captopril (*Captopril Denk*<sup>®</sup>, *M Captopril Plus*<sup>®</sup>, *Capen*<sup>®</sup>), du perindopril (*Conversyl*<sup>®</sup>), de l'enalapril (*Enalapril BGR*<sup>®</sup>, *Enalapril VIR*<sup>®</sup>), du ramipril (*Rasgil*<sup>®</sup>, *Triatec*<sup>®</sup>).

### 4. Les antagonistes de l'angiotensine II (ARA2)

Ils bloquent l'action de l'angiotensine II, en se liant à ses récepteurs présents à la surface des vaisseaux

sanguins. Ils empêchent ainsi la contraction des vaisseaux sanguins et luttent contre l'augmentation de la pression artérielle. C'est le cas avec l'irbesartan (*Aprovel*<sup>®</sup>, *Irbesartan BGR*<sup>®</sup>), le candesartan (*Atacand*<sup>®</sup>), le losartan (*Cozaar*<sup>®</sup>, *Losar Denk*<sup>®</sup>, *Losar Medis*<sup>®</sup>, *M-Losartan*<sup>®</sup>, *Locard*<sup>®</sup>), le telmisartan (*Micardis*<sup>®</sup>, *Renangio*<sup>®</sup>, *Teli*<sup>®</sup>, *Telmiclar*<sup>®</sup>, *Telod*<sup>®</sup>, *Teltartan*<sup>®</sup>), le valsartan (*Tareg*<sup>®</sup>, *Valmac*<sup>®</sup>).

### Les associations d'antihypertenseurs

Les bêtabloquants, les inhibiteurs de l'enzyme de conversion et les antagonistes de l'angiotensine II peuvent être associés aux diurétiques ou aux inhibiteurs calciques. Cela permet un effet additif sur la baisse de la tension et aussi de limiter les effets indésirables. Ces associations peuvent se présenter en forme unique ou en deux ou 3 formes.

**D'autres classes d'antihypertenseurs** existent et sont plutôt utilisés en deuxième intention. C'est le cas des antihypertenseurs d'action centrale comme la méthyl dopa (*Aldomet*<sup>®</sup>), la rilmenidine (*Hyperium*<sup>®</sup>) et des alpha bloquants et autres vasodilatateurs comme la doxazosine (*Uradox*<sup>®</sup>).

Pour plus d'information:

<https://www.vidal.fr/maladies/coeur-circulation-veines/hypertension-arterielle.html>

<https://www.vidal.fr/maladies/coeur-circulation-veines/hypertension-arterielle/medicaments.html>

---

## Les effets indésirables des antihypertenseurs

---

Comme tous les médicaments, les antihypertenseurs ont des effets indésirables qui peuvent être graves et qu'il est important de ne pas ignorer, surtout qu'il s'agit de traitements au long cours. L'apparition à un moment ou un autre de ces effets indésirables pourrait entraîner un changement de traitement ou la recherche d'autres pathologies associées.

La FOCAM recommande, devant toute manifestation inhabituelle, connue ou non, après la prise d'un médicament, de le signaler à son médecin traitant ou au pharmacien le plus proche. L'information peut également être communiquée directement à la di-

rection de la pharmacie et du médicament ou envoyée à la FOCAM ([accesauxmedicament@gmail.com](mailto:accesauxmedicament@gmail.com)).

### 1. Effets indésirables des diurétiques

Il s'agit de céphalée, léthargie, crampes, faibles contractions musculaires, hyperactivité neuromusculaire, sensation de soif, nausées, vomissements, douleurs abdominales, perturbation de la capacité propulsive normale de l'intestin et perte de l'appétit.

### 2. Effets indésirables des IEC et des ARA2

Les effets indésirables les plus fréquents sont la toux,

une modification du goût, une vision floue, des difficultés à réfléchir, une douleur dans le cou et le haut des épaules, des douleurs thoraciques, des palpitations cardiaques, une faiblesse musculaire, un engourdissement des jambes et des bras, une perte d'appétit, des nausées, un gonflement des lèvres et des yeux, de la fièvre et une éruption cutanée.

### 3. Effets indésirables des inhibiteurs calciques

Il s'agit de céphalées, de vertiges et des œdèmes des membres inférieurs.

### 4. Effets indésirables des bêtabloquants

Il s'agit de l'asthénie, le refroidissement des extrémités, l'impuissance sexuelle, un trouble de la libido, une gastralgie, des nausées, de la diarrhée, des vertiges, une faiblesse ou un évanouissement.

Ces effets secondaires peuvent être ressentis, que le médicament soit pris seul ou en association. Ils peuvent être rehaussés en présence d'autres traitements concomitants, y compris des traitements « naturels » ou même de certains aliments. Il est donc fortement recommandé de consulter immédiatement son médecin traitant dès leur apparition.

---

## **Médicaments à éviter chez l'hypertendu**

---

L'hypertension artérielle survient très souvent chez des jeunes adultes et des personnes âgées, parfois porteurs d'autres maladies chroniques ou non. La prise concomitante de certains médicaments peut réduire l'efficacité des traitements ou encore accroître leur toxicité. C'est pourquoi, en cas de prise d'autres médicaments, il est important de le signaler à son médecin qui pourra juger de l'opportunité de poursuivre le traitement ou de changer le médicament.

En raison de la forte propagation de l'automédication, il est important pour le patient d'identifier les médicaments à ne pas associer avec son traitement antihypertenseur. C'est le cas particulièrement des anti-inflammatoires non stéroïdiens (ibuprofène, kétoprofène, diclofénac), des corticostéroïdes (cortisone), ou encore des contraceptifs oraux qui sont susceptibles de nuire à l'efficacité du traitement antihypertenseur.

Cela est valable aussi pour les sels de lithium qui voient leur toxicité augmentée en présence de diurétiques, des inhibiteurs de l'enzyme de conversion et des antagonistes de l'angiotensine II ou de la digoxine dont la toxicité est rehaussée en présence de diurétiques. En présence de bêtabloquant, cette digoxine peut réduire la fréquence cardiaque.

Certains compléments alimentaires et autres produits dits « inoffensifs » peuvent renfermer des substances susceptibles d'élever la tension artérielle et compromettre le traitement de l'hypertension. C'est le cas de la Reglisse utilisée essentiellement dans l'industrie alimentaire et la parapharmacie. Il est donc recommandé au sujet hypertendu de ne recourir à ce type de produits qu'après avis de son médecin traitant.

**Attention à la prise d'anti-inflammatoires  
par l'hypertendu car ils font monter  
la tension artérielle**

**Fondation Congolaise pour l'Accès aux Médicaments**

82 avenue Ngamaba, Mfilou, Brazzaville, Congo    Whatsapp: + 242 05 060 60 02  
Email: accesauxmedicaments@gmail.com    Site Web: www.focam.org