

OUTIL 7

PROCÉDURES DE PRISE DE LA TENSION ARTÉRIELLE

1. Demander au membre des FAC de s'asseoir pendant cinq minutes sur une chaise, le dos bien appuyé, les pieds non croisés à plat sur le sol et le bras gauche appuyé confortablement.
2. S'assurer que les vêtements du membre des FAC ne bloquent pas le débit sanguin. Demander au membre des FAC de changer sa chemise, si nécessaire.
3. Choisir un brassard d'une taille appropriée et l'enrouler autour du bras gauche du militaire.
4. Enrouler le brassard autour du bras gauche nu, la lisière inférieure du brassard à deux ou trois centimètres au-dessus du pli du coude et le haut du brassard à la hauteur du cœur.
5. Ajuster le brassard autour du bras de façon à pouvoir glisser le bout de deux doigts sous le haut du brassard.

Mesure manuelle de la tension artérielle pour les évaluateurs des PSP ou le personnel compétent de soins de santé :

1. Par palpation, repérer l'emplacement de l'artère brachiale dans le pli du coude.
2. Placer le stéthoscope dans vos canaux auditifs en orientant les écouteurs vers l'avant.
3. Trouver l'artère radiale.
4. Fermer la vis de la poire en la tournant dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à ce qu'elle soit bien serrée.
5. Gonfler rapidement le brassard jusqu'à la disparition du pouls radial. Continuer à gonfler le brassard jusqu'à environ 20 à 30 mm Hg au-dessus du chiffre correspondant au pouls radial (normalement ne pas dépasser 180 mm Hg).
6. Placer sans tarder le tambour du stéthoscope sur l'artère brachiale. N'appliquer que la plus faible pression possible sur le tambour afin de ne pas déformer l'artère. Le tambour doit être en contact étroit avec la peau. Le stéthoscope ne doit frotter ni sur le brassard ni sur les tubes du sphygmomanomètre.
7. Relâcher la pression du brassard à un rythme d'environ 2 mm Hg par seconde.
8. La tension systolique est déterminée par le premier bruit perçu (appelé premier bruit de Korotkoff).
9. Noter le niveau exact auquel le battement a été entendu.
10. Établir la tension diastolique au moment où les bruits cessent d'être clairs et s'assourdissent.
11. Relâcher la pression du brassard jusqu'à ce que la pression atteigne zéro et l'ôter du bras du membre des FAC.

Mesure automatique de la tension artérielle :

1. Demander au membre des FAC de s'asseoir sans bouger les bras, les mains, les doigts ou le corps durant la mesure de la tension artérielle. Tout mouvement pourrait fausser les résultats de la mesure ou empêcher l'appareil de mesurer la tension artérielle.
2. Appuyer sur le bouton de mise en marche de l'appareil.
3. Une fois que l'appareil a fini de mesurer la tension artérielle du membre des FAC, retirer le brassard de son bras.

REMARQUE : Consulter le guide de l'utilisateur de l'appareil de mesure automatique de la tension artérielle si des messages d'erreur s'affichent.

Les membres des FAC dont la tension artérielle avant l'évaluation se situe entre 141/91 mm Hg et 150/100 mm Hg peuvent effectuer l'évaluation FORCE sans restrictions.

L'évaluateur FORCE doit informer le membre des FAC que sa tension artérielle est légèrement supérieure à la normale et l'encourager à consulter son fournisseur de soins de santé.

Dire au membre des FAC qu'il n'y a aucune raison de s'inquiéter, et qu'il devrait consulter un fournisseur de soins de santé simplement à titre préventif.