

Santé/Célébration de la Journée mondiale de l'hypertension artérielle, hier

Une maladie des temps modernes !

Y.F.I
Libreville/Gabon

La planète a célébré hier la Journée mondiale de l'hypertension artérielle (HTA). Une pathologie en passe de devenir un épineux problème de santé publique au Gabon. En effet, elle ne touche plus uniquement les personnes du 3e âge, les jeunes en sont désormais frappés.

L'HYPERTENSION artérielle est une maladie qui monte en flèche au Gabon. À en croire l'étude réalisée en 2017 par le cardiologue Jean Bruno Mipinda, "23 % de la population gabonaise" souffre d'hypertension artérielle. Un chiffre bien en deçà de la réalité, vu que de nombreux Gabonais sont hy-

perendus sans le savoir, faute de suivi médical. En effet, combien de Gabonais font leur check-up (bilan médical) chaque année ou tous les deux ans? Sans aucune préention, on est tenté de répondre, une infime catégorie. Et pour cause, la santé (malgré les efforts consentis par les pouvoirs publics, avec la mise en place de la Caisse nationale d'assurance maladie et de garantie sociale), coûte trop cher au Gabon. D'où les appréhensions nourries par une bonne frange de la population. Pour nos concitoyens, la consultation médicale, même à titre préventif, n'est pas encore ancrée dans le subconscient collectif. La quête du gîte et du couvert demeure la principale priorité pour bien de familles, particulièrement celles dites



Une consultation médicale à titre préventif peut aider à prévenir l'hypertension artérielle.

nombreuses. Si, dans le passé récent, l'hypertension artérielle était considérée comme une maladie de riches ou de "vieillards", aujourd'hui, cette pathologie touche de plus en plus les jeunes. Ce n'est pas la présidente de la Société gabonaise de cardiologie, par

ailleurs directeur général de la Santé, Dr Anne-Marie Antchouey Ambourouet, qui nous démentira. En 2003, elle a réalisé une étude auprès de 1189 élèves âgés de 4 à 30 ans. De son travail, il ressort que 33 % des élèves fréquentant régulièrement les écoles primaires et

secondaires de Libreville sont hypertendus. De quoi être très inquiet! Lors du premier congrès international de cardiologie, organisé à Libreville les 3 et 4 mai 2019, les spécialistes en cardiologie, venus de divers horizons, n'ont pas manqué de tirer la sonnette d'alarme. L'hypertension artérielle gagne du terrain. Tous les facteurs portent à le croire. D'abord, les habitudes alimentaires ont drastiquement changé. De nos jours, sous nos cieux l'alimentation est devenue trop grasse, épicée, salée et pas du tout équilibrée. Un véritable cocktail Molotov pour le cœur et, partant, tout l'organisme humain. Le passage à la journée continue a favorisé également l'émergence de gargotes et autres restaurants de fortune ne

respectant pas toutes les normes sanitaires et diététiques. Des commerces vers lesquels se ruent quotidiennement moult travailleurs. Dans le même registre, figure la consommation intensive de "Nike" (ailerons de poule congelés grillés souvent en bordure de route), des denrées fortement déconseillées par les cardiologues. À côté de la mauvaise alimentation, figure le stress, qui joue également sa néfaste partition. Dans un contexte socio-économique des plus tendus, ils sont nombreux, pour ainsi dire, à tirer le diable par la queue, car incapables de joindre les deux bouts. Leurs charges quotidiennes étant de plus en plus pesantes, ils terminent indubitablement hypertendus. C'est donc dire...

Prévention contre l'hypertension artérielle

" Vision verte by BKM " sensibilise

P.M.M
Libreville/Gabon

LES membres de l'association "Vision verte by BKM" étaient déployés mercredi dernier dans la commune d'Owendo, où ils ont procédé, accompagnés des autorités municipales, à la sensibilisation de la population à l'hypertension artérielle (HTA), dont la Journée a été célébrée hier.

La lutte contre l'hypertension artérielle faisant partie de leurs préoccupations, ils ont édifié le public sur les facteurs de risque de cette pathologie, ses complications et les moyens de la prévenir. Ainsi, ont-ils procédé à la distribution de sacs à pain dans les boulangeries d'Owendo. Des sacs véhiculant des



Michèle Augé (g), 2e adjoint au maire de la commune d'Owendo, et Dalia Ngovet, SG de «Vision verte» remettant un lot de sacs à pain au propriétaire d'une boulangerie à Owendo.

informations sur l'HTA, des conseils et astuces pour prévenir et maîtriser l'hypertension artérielle... À travers ces emballages, destinés à la fois aux propriétaires des boulangeries et à leurs clients, les responsables de "Vision verte by BKM" y voient

un véhicule d'informations capable d'atteindre la plus grande masse. Aussi, veulent-ils promouvoir l'emballage alimentaire, son impact sur l'environnement et sur la santé de la population. "Le contact de l'emballage avec les aliments peut être nuisible pour les personnes et pour l'environ-



Les emballages distribués par Vision verte by BKM portent des informations sur l'hypertension artérielle.

nement. Nous avons donc 80 mille sacs imprimés aux couleurs de la campagne, qui seront distribués gratuitement auprès des populations au cours d'un acte d'achat chez son fournisseur de pain. Longtemps perçue comme une maladie des personnes âgées, l'hypertension artérielle touche désormais

toutes les tranches d'âge et couches sociales. Les sacs distribués portent des messages forts qui peuvent, un tant soit peu, faire prendre conscience à tous de la gravité de l'hypertension artérielle", a souligné Alida Bongo, présidente de l'association "Vision verte by BKM".

Parce que, au Gabon, l'HTA est en passe de devenir un problème de santé publique. L'association "Version verte by BKM" en a fait son premier champ d'action et compte étendre sa campagne de sensibilisation dans l'arrière-pays.

Carnet santé

L'asthme, l'obstruction des bronches

LE 7 mai dernier, la communauté internationale célébrait la Journée mondiale de l'asthme, fixée chaque premier mardi du mois de mai. Une occasion pour sensibiliser les populations à cette maladie, un des principaux motifs de consultation au service de pneumologie du Centre hospitalier universitaire de Libreville (CHUL). Par définition, l'asthme est une maladie inflammatoire chronique des bronches détectable

grâce à certains signes, tels que des difficultés à respirer, des essoufflements, une respiration sifflante... Ces signes, plus fréquents le soir ou à l'effort, souvent entrecoupés de longues périodes d'accalmie, sont dus à l'obstruction des bronches. Dr Ulrich Davy Kombila, pneumologue au CHUL, explique: "l'asthme se manifeste dans la plupart de temps par une toux sèche. Cependant, son symptôme le plus connu est la crise, qui entraîne une difficulté à inspirer et,

surtout, à expirer l'air des poumons. Ces " bronchospasmes" peuvent être déclenchés par différents facteurs tels que l'effort, l'humidité, la poussière, la fumée de cigarette, etc. On distingue alors un sifflement lors de l'expiration attestant du rétrécissement des bronches. L'air est alors emprisonné dans la poitrine, le thorax bloqué." Tout sifflement ou toute difficulté à respirer devrait donc alerter, d'autant que l'asthme peut se développer à tous les

âges de la vie, du nourrisson jusqu'à l'âge adulte et au 3e âge. Plusieurs facteurs peuvent le déclencher. Entre autres, " les facteurs environnementaux, l'hérédité (si vous avez des cas d'asthme dans votre famille, vous êtes prédisposé à en souffrir), tabac, stress et anxiété, des substances polluantes ou irritantes tel que du gaz lacrymogène...", poursuit le pneumologue. Les spécialistes recommandent donc de consulter, en cas de crises ou de survenue d'un

symptôme caractéristique tel que la toux, les bronchites, l'essoufflement ou le sifflement dans la poitrine, sans toutefois s'inquiéter. Bien qu'elle soit une maladie chronique aux complications mortelles, le docteur Kombila indique qu'"il est possible pour un asthmatique de mener une vie normale, à condition de suivre correctement son traitement. Lequel diminue, voire supprime les symptômes de la maladie."