

Cher Collègue,

J'ai reçu durant mes consultations Mr Elvis Tooluto SHIWEDO âgé de 44 ans suivi pour HTA sous Coversyl 5 mg depuis 2-3 ans, pour poussée hypertensive avec une HTA grade 3 à 210/120 mm Hg.

Plaintes : vertiges

Examen physique sans particularités

ECCG : sans particularités

MAPA : HTA systolo-diastolique permanente. Profil non dipper. Pression pulsée 53 mm Hg

J'ai réajusté son traitement avec du relais par **Coveram 10/10 1 cp/j le matin**

Il convient de faire le bilan biologique de l'HTA et des facteurs de risque cardiovasculaires associés (il dit avoir eu un prélèvement ce matin)

Une échocardiographie est également nécessaire pour le bilan de retentissement de son HTA.

Par ailleurs, il s'agit d'une HTA chez un sujet relativement jeune. Une recherche étiologique est également indiquée (bilan thyroïdien, angioscanner abdomino-pelvien).

Je le revois dans 2 semaines pour le suivi de son HTA. Les mesures hygiéno-diététiques lui ont également été conseillées (réduction voire arrêt de la consommation d'alcool, réduction de la consommation de sel, reprise progressive d'une activité sportive après stabilisation de sa tension artérielle).

Confraternellement
CLINIQUE CARDIO DE DAKAR
Dr Kana SODIA BABAKA
Cardiologue Rythmologue
Fann Residence
Tél 33 824 24 26

RÉGIME ALIMENTAIRE EN CAS D'HTA

Régime DASH : Dietary Approach to Stop Hypertension

De manière générale :

- Réduire la consommation de sel
- Réduire la consommation de produits trop sucrés et d'aliments raffinés
- Réduire la consommation de mauvaises graisses
- Limiter la consommation d'alcool et de tabac
- Faire une activité physique régulière
- Perdre du poids si nécessaire

A privilégier

- Consommer régulièrement des fibres : fruits, légumes, céréales complètes, légumineuses (lentilles, haricots, pois ...)
- Consommer de bonnes graisses riches en Oméga 3 (huile de colza, olive), poissons gras (maquereau, saumon, sardines ...), les noix ...
- Privilégier les poissons, les fruits de mer, les volailles, les viandes blanches ...
- Pratiquer au moins 30 min d'activité physique 3-4x par semaine (marche rapide, randonnée, course, vélo, natation, danse ...)

A limiter

- Charcuteries, fromages, aliments fumés, chips ...
- Beurre, margarine, mayonnaise ...
- Viandes rouges surtout grasses
- Produits frits et panés
- Fast Food
- Viennoiseries (croissants...) pâtisseries, biscuits sucrés et salés ...

A éviter

- Bouillons de cuisine et sauces industrielles
- Conserves de légumes et de poissons

Autres

- Boire au moins 1,5l d'eau par jour
- Bien gérer le stress

NINEA: 007794284 2V3 - RCCM: SNDKR 2021 M 13374



+221 33 824 24 26



contact@cliniquecardiodedakar.sn



Fann résidence, Rue Aimé Césaire X F

Rapport de pression artérielle ambulatoire

Nom : ELVIS TOOLOUTA SHIWEDA Homme/Femme: Male Âge: 44
ID : 2310231649 N° de lit: Département No. :
Début du test: 2023/10/23 17:54 Fin du test: 2023/10/24 17:30 Durée: 23Heure36Minute

Information patient

Adresse: Taille: --cm
Poids: --kg
N° sortie patient : Nationalité:
N° d'entrée: Téléphone:
Email:

Médicaments actuels

Coversyl 5 mg

Examiner le résultat

Toutes les moyennes de BP:	151/98mmHg	Seuil BP:	130/80mmHg
Moyennes Bp du jour :	151/98mmHg	Seuil BP:	135/85mmHg
Moyennes Bp de Nuit :	149/98mmHg	Seuil BP:	120/70mmHg

Valeur de charge BP de jour: Normale<40%

Valeur de charge BP de nuit: Normale<50%

SYS(>135mmHg) 87.1%

SYS(>120mmHg) 100.0%

DIA(>85mmHg) 88.7%

DIA(>70mmHg) 100.0%

SYS Maximum	186mmHg	Heure	2023/10/23 23:00	SYS Minimum	118mmHg	Heure	2023/10/24 06:15
Maximum DIA	123mmHg	Heure	2023/10/23 23:00	Minimum DIA	79mmHg	Heure	2023/10/24 04:00

Rythme circadien BP:SYS Nuit Dec. 0.9% DIA Nuit Dec. 0.7% Normal:10%-20%

BP CV:	Tous:SYS	10.0%	DIA	10.0%
	Jour:SYS	9.8%	DIA	9.5%
	Nuit:SYS	10.8%	DIA	11.8%

Commentaires & diagnostique

HTA systolo-diastolique permanente
Non duppi. Pression pulsée 53 mm Hg

CAT: Reajustement thérapeutique
HTA

CLINIQUE CARDIO DE DAKAR
Dr Kara Sonia BABAKA
Cardiologue Rythmologue
Fam Residence
Tel: 33 824 24 26
Date 2023/10/24

Assistant

Médecin

ID: 2023102316352893
Name: SHWEDA, EAVIS100LOUTA
Age: 44 Years
Gender: Male

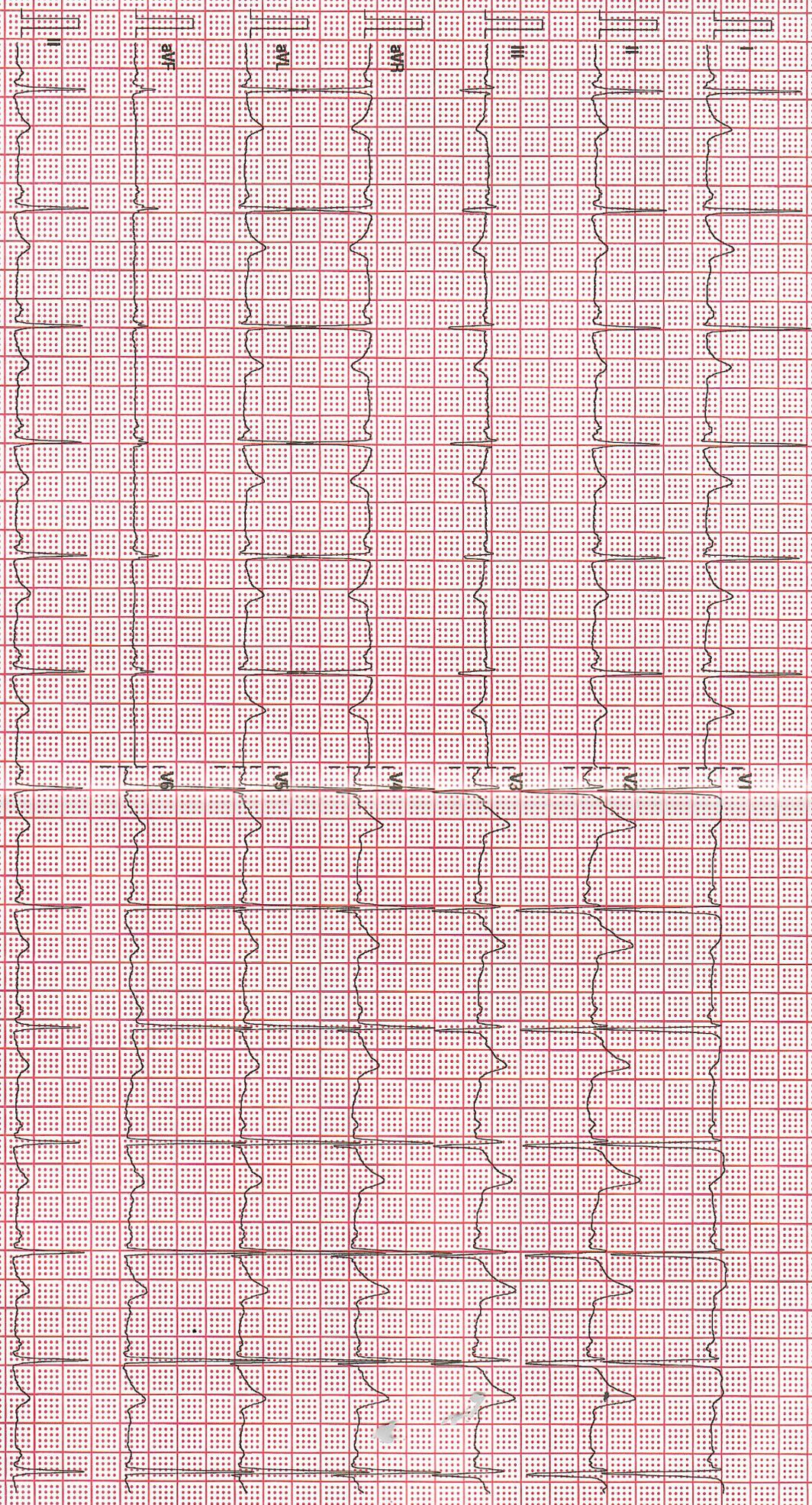
23-10-2023 16:35:16

Vent. Rate 75 bpm
PR Interval 132 ms
QRS Duration 76 ms
QT/QTc Interval 392/438 ms
P/QRS/T Axes 23/17/0 deg
RV5/SV1 2.534/-
RV6+SV6 -
QT corrected -

Sinus rhythm
Lead(s) unsuitable for analysis: V1
Inferior T wave abnormality: is nonspecific
Borderline ECG

Unconfirmed Diagnosis

ECG dans les limites de la norme



25 mm/s

10 mm/mV

50 Hz

RRR 38 Hz

Glennoue Cardio de Dakar

02.05.00/128.1.1

SU-FAL-08021900



Fann Résidence, Rue Aimé Césaire x F

Tél. : +221 33 824 24 26

E-mail : contact@cliniquecardiodedakar.sn

Le 24/10/23

Nom et Prénoms : M. Elvros Toopouto Shuweda

ORDONNANCE

1. Couvenam 10/10 19.366 (m)

1 cp / le matin

2. Lexomil 3270 (m)

1/4 cp / le soir

T = 22634

14 154
24/10/23



CLINIQUE CARDIO DE DAKAR
Dr Kana Souma BABANA
Cardiologue Rythmologue
Fann Résidence
33 824 24 26

Prrière de ramener cette ordonnance à la prochaine consultation