

Le bruit nocturne augmente la pression artérielle

Un avion passe, la tension s'élève. On savait bien que le bruit est néfaste pour la santé. Mais un travail européen, sous la houlette de chercheurs britanniques, vient d'en chiffrer les méfaits.

Des médecins de l'*Imperial College de Londres*, ainsi que d'autres institutions européennes, ont enregistré le sommeil de 140 volontaires à leur domicile. Ils résidaient à proximité de Londres Heathrow ou de trois autres aéroports européens.

Pendant leur sommeil, leur pression artérielle était enregistrée, à distance, toutes les 15 minutes. Les données ont été ensuite confrontées à l'enregistrement du bruit dans la chambre. Dès qu'un événement bruyant survenait, c'est-à-dire dépassant 35 décibels, la pression artérielle s'élevait. Ces

perturbations peuvent être un avion qui passe au-dessus de la maison, la circulation des voitures ou le ronflement du conjoint. Cette élévation tensionnelle survenait alors que le volontaire restait endormi et ne prenait pas conscience de la gêne provoquée.

L'élévation tensionnelle est liée au niveau sonore. Le passage d'un avion occasionnait une élévation moyenne de la pression systolique de 6,2 mmHg et de la diastolique de 7,4 mmHg. Des chiffres similaires ont été relevés avec les autres nuisances, dont la circulation automobile. Qui plus

est, l'élévation tensionnelle était liée au niveau sonore. Il apparaît que, à chaque augmentation de 5 dB du bruit maximal des avions, la pression artérielle augmentait de 0,66 mmHg (Ndlr: l'impression de volume sonore double tous les 3 dB). Il

apparaît que le volume du bruit est bien le responsable de l'augmentation tensionnelle et non pas son origine.

Le travail mené par Lars Jarup et coll. (Londres) constitue le second volet d'une étude plus vaste: le projet HYENA (*HYpertension and Exposure to Noise near Airports*). Le premier avait montré que les personnes résidant à proximité d'un aéroport depuis plus de cinq ans ont un risque d'HTA supérieur à celui de la population générale. Une élévation de 10 dB des nuisances sonores dues au trafic aérien majeure de 14% le risque d'HTA.



Le projet a enrôlé 5.000 volontaires résidant auprès des aéroports internationaux de Londres, de Berlin, d'Athènes, de Milan, d'Amsterdam et de Stockholm. Les suites du travail vont s'intéresser à l'association nuisance sonore-pollution dans la survenue de cardiopathies.

“Nous savions que le bruit du trafic aérien pouvait être source d'irritation, mais notre travail montre qu'il peut également être nocif pour la santé. Il est important d'en tenir compte pour les projets d'extension des aéroports internationaux. Nos études prouvent que le bruit du trafic aérien de nuit peut immédiatement affecter la pression sanguine et augmenter le risque d'hypertension. Dès lors, il me semble évident que des mesures doivent être prises pour réduire le bruit produit par les avions, surtout pendant la nuit, et ceci afin de protéger la santé des personnes vivant à proximité des aéroports”, conclut le Dr Lars Jarup.

Dr Guy Benzadon
(*Le Quotidien du Médecin*)
& M.V.