



Ортостатична хипотония при Паркинсонова болест: Важни факти за пациентите

Какво е ортостатичната хипотония и колко честа е тя при Паркинсоновата болест?

Артериалното налягане (АН) е един от най-важните витални показатели. То винаги е малко по-високо през деня, отколкото през нощта. АН може също да се повиши по време на стрес. Когато хората се изправят, тяхното АН може да се понижи малко за няколко секунди, като обикновено бързо след това то отново се нормализира.

Когато АН не се нормализира бързо след изправяне, се говори за ортостатична или постурална хипотония. Този вариант на ниско АН се среща при близо една трета от пациентите с Паркинсонова болест (ПБ). Наблюдава се по-рядко в началото на забляването, но зачестява с прогресията на болестта.

АН се състои от две числа, например 120/80 mmHg. Първото число обозначава систолното АН. Това е най-високото налягане, с което сърцето бие и изпомпва кръвта към цялото тяло. Второто число е диастолното АН. Това е най-ниското налягане, при което сърдечният мускул се отпуска между изпомванията. Ортостатичната хипотония се дефинира, като спадане на систолното налягане с поне 20 mmHg или на диастолното с поне 10 mmHg в първите 3 минути след изправяне.

Какви са симптомите на ортостатичната хипотония? Опасни ли са те?

Хората с ортостатична хипотония могат да имат следните симптоми, когато се изправят:

- Премаляване
- Главозамайване
- Слабост
- Умора
- Гадене
- Размазано виждане
- Забавяне на мисловния процес
- “Омекване” на краката
- Главоболие или болка във врата, разпространяваща се към раменете.

Един от рисковете на ортостатичната хипотония е, че тя може да причини падания. Понякога спадането на АН може да е толкова сериозно, че да предизвика колапс и загуба на съзнание (състоянието се нарича синкоп).

Ортостатичната хипотония се явява по-често:

- рано сутрин
- в горещо време
- след нахранване (особено при обилно нахранване)
- след употреба на алкохол
- по време на уриниране или дефекация
- по време на физически упражнения.

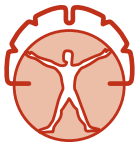
Могат ли медикаментите за лечение на ПБ да причинят ортостатична хипотония?

Някои медикаменти, използвани за лечение на ПБ могат да причинят този вариант на ниско АН или да влошат състоянието. Тези медикаменти включват levodopa и други подобни. Възможно е обаче дори хора, които не приемат подобни медикаменти да страдат от ортостатична хипотония. Лекарства за високо кръвно налягане и други също могат да предизвикат този вариант на ниско АН при пациенти с ПБ.

Какво могат да правят пациентите с ПБ, за да подобрят симптомите на ортостатична хипотония?

Паркинсонците могат да опитат следните стратегии, за да облекчат симптомите на ортостатична хипотония (също с помощта на грижещите се за тях):

- Пийте повече течности.
- Изпийте 250-500 ml вода бързо за 3-4 минути. Правете това всяка сутрин, веднага щом се събудите, ако симптомите се явяват, когато станете от леглото или сутрин.
- Намалете или спрете употребата на алкохол.
- Изправяйте се бавно и останете изправени, без да тръгвате, когато се чувствате главозамаяни или Ви е премаляло.
- Избягвайте да стоите изправени или да лежите хоризонтално за дълги периоди от време.
- Избягвайте да се излагате на топлинно въздействие, като горещи бани, сауни и др.
- Надигнете леглото от едната страна (частта, на която слагате главата си), когато лежите.
- Увеличете приема на сол в диетата си (ако нямате високо АН).
- Яжте на често и по малко.
- Носете еластични компресионни чорапи/чорапогашници или абдоминални колани. Важно е компресионните чорапи да покриват целия крак (включително и бедрото) или да обхващат и таза.



Ортостатична хипотония при Паркинсонова болест: Важни факти за пациентите

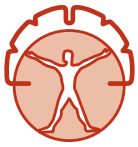
Има ли медикаменти, които да лекуват ортостатичната хипотония при ПБ?

Пациентите с ПБ трябва да ревизират всички приемани медикаменти заедно с невролога си. Може да се наложи някои медикаменти да се спрат или намалят.

Няколко медикамента могат да са полезни при Паркинсонови с ортостатична хипотония. Те включват fludrocortisone, midodrine, и droxidopa. Тези лекарства могат да се използват самостоятелно или в комбинация. Дозовите режими могат да се нагласят, така че да предотвратят спадането на АН до много ниски нива. Трябва да се внимава АН да не се повишава значително в легнало положение.

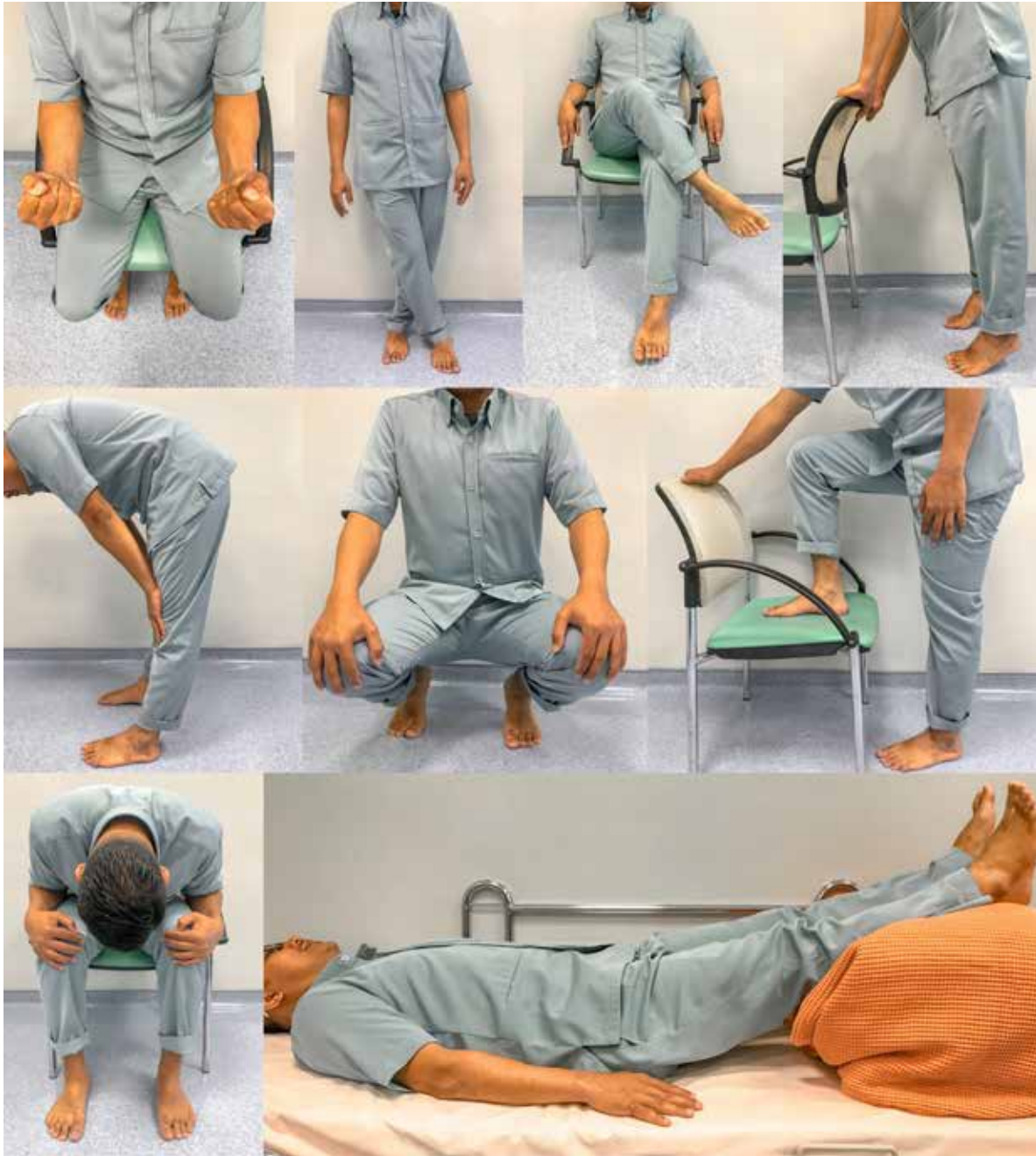
Какво трябва да правят Паркинсониците със симптоми на ортостатична хипотония?

Пациентът с ПБ трябва да седне или да легне веднага, когато се явят симптомите на ортостатична хипотония. Това може да подобри значително симптомите. Други пози и упражнения, които пациентите с ПБ могат да правят за преодоляване на ортостатичната хипотония са показани по-долу.



International Parkinson and
Movement Disorder Society

Ортостатична хипотония при Паркинсонова болест: Важни факти за пациентите



Изображения: Помощни пози и упражнения, при поява на симптоми на ортостатична хипотония. А. Стискане на ръцете в юмруци; В. Кръстосване на краката; С. Сядане с кръстосване на краката; D. Изправяне на пръсти; Е. Накланяне напред; F. Клякане; G. Поставяне на единия крак на по-висока стойка или стол; H. Сядане, поставяйки главата между коленете; I. Лежане с повдигнати (по-високо от тялото) крака

Забележка: Посочените пози и упражнения да бъдат възпроизведени според възможностите на пациента и с допълнително внимание при пациентите с риск от падания.

Copyright © 2019 International Parkinson and Movement Disorder Society (MDS). All rights reserved.

International Parkinson and Movement Disorder Society

555 East Well Street, Suite 1100 • Milwaukee, WI 53202 • +1 414-276-2145 • www.movementdisorders.org