



Ortostatska hipotenzija u Parkinsonovoj Bolesti : Osnovne informacije za pacijente

ŠTO JE ORTOSTATSKA HIPOTENZIJA I KOLIKO JE ČESTA U PARKINSONOVOJ BOLESTI ?

Krvni tlak(KT) jedan je od najbitnijih vitalnih znakova. KT može imati normalne varijacije. Na primjer, često je malo viši danju nego noću. Također se može povisiti za vrijeme stresa. Kad se ljudi ustanu, njihov krvni tlak može i pasti na par sekundi. Ali, uglavnom se brzo vrati u normalne razine.

Kada se tlak u tim trenucima ne vrati u normalne okvire, javlja se ortostatska ili posturalna hipotenzija. Ovaj oblik pada krvnog tlaka javlja se u otprilike jednoj trećini pacijenata sa Parkinsonovom bolešću (PB). Rjeđi je u ranim fazama bolesti te se češće javlja kako bolest napreduje.

Inače, kod mjerenja krvnog tlaka mogu se vidjeti dvije brojke, npr. 120/80 mmHg. Veći broj sistolički je krvni tlak. To je najviši tlak koji nastaje kada srce kuca i tjera krv kroz tijelo. Niži broj je dijastolički tlak. To je najniži tlak koji se javi kod opuštanja srca među otkucajima. Ortostatska hipotenzija definirana je padom sistoličkog tlaka barem za 20 mmHg ili dijastoličkog za 10 mmHg kroz period od 3 minute po ustajanju.

KOJI SU SIMPTOMI ORTOSTATSKE HIPOTENZIJE? JESU LI OPASNI?

Ljudi s ortostatskom hipotenzijom mogu imati čitav niz simptoma po uspravljanju, a to su :

- Omaglica
- Vrtoglavica
- Slabost
- Umor
- Mučnina
- Magljenje vida
- Kognitivno usporavanje
- Savijanje nogu
- Glavobolja ili bolovi u vratu koji se šire prema ramenima (tzv. bol u obliku vješalice)

Jedna od opasnosti ortostatske hipotenzije leži u tome što može uzrokovati padove. Ponekad je pad u krvnom tlaku toliko težak da može izazvati iznenadni gubitak svijesti (inače zvano i sinkopa).

Ortostatska hipotenzija češća je u sljedećim situacijama :

- Rano ujutro
- Za vrijeme jakih vrućina
- Nakon obroka (pogotovo velikih)
- Nakon konzumacije alkohola
- Nakon mokrenja ili defekacije
- Za vrijeme tjelovježbe

MOGU LI LIJEKOWI ZA PB UZROKOVATI ORTOSTATSKU HIPOTENZIJU?

Neki od lijekova za PB mogu izazvati ovaj oblik pada krvnog tlaka ili ga pogoršati. Ti lijekovi su levodopa i njemu slični. No, čak i kod ljudi koji ne uzimaju lijekove za PB može se javiti ortostatska hipotenzija. Lijekovi za povišen krvni tlak mogu također uzrokovati pad tlaka u pacijentima s PB.

ŠTO PACIJENTI S PB MOGU UČINITI DA POBOLJŠAJU TEGOBE UZROKOVANE ORTOSTATSKOM HIPOTENZIJOM?

Pacijenti s PB mogu pokušati slijediti dolje navedene strategije kako bi ublažili znakove ortostatske hipotenzije, po mogućnosti uz pomoć njihovih skrbnika.

- Pijte više tekućine
- Popijte 250-500 mL vode brzo kroz period od 3 do 4 minute. Učinite ovo odmah po buđenju ukoliko se simptomi javljaju tada.
- Smanjite ili izbjegavajte konzumaciju alkohola
- Polako se ustanite u uspravni položaj ukoliko osjetite vrtoglavicu i omaglicu.
- Izbjegavajte stajanje ili ležanje u ravnom položaju predugo.
- Izbjegavajte dugoročno izlaganje zagrijanim okolinama poput kupelji, sauna itd.
- Podignite glavu u povišeni položaj dok ležite. Možete pokušati postaviti nešto pod samo uzglavlje kreveta.
- Povećajte unos soli u prehrani (ukoliko inače nemate visok tlak).
- Jedite manje, češće obroke.
- Pokušajte s elastičnim kompresivnim čarapama ili trbušnim pojasi. Bitno je da kompresivne čarape idu skroz uz nogu do kuka ili preko trbuha.

DA LI POSTOJE LIJEKOWI ZA LIJEČENJE ORTOSTATSKE HIPOTENZIJE U PB ?

Pacijent sa PB trebao bi raspraviti o svim potencijalnim terapijskim metodama sa svojim liječnikom. Neki lijekovi možda će se morati sniziti ili skroz obustaviti.

Postoje određeni lijekovi koji mogu biti korisni u liječenju ortostatske hipotenzije u pacijenata s PB. Ti uključuju fludrokortizon, midodrin i droxidopu. Ovi lijekovi mogu se koristiti pojedinačno ili u kombinaciji. Doze se mogu namjestiti kako bi se izbjegao preveliki pad krvnog tlaka. Obratite pozornost na to da krvni tlak ne skoči previše za vrijeme ležanja.

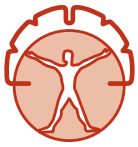


International Parkinson and
Movement Disorder Society

Ortostatska hipotenzija u Parkinsonovoj Bolesti : Osnovne informacije za pacijente

ŠTO BI PACIJENTI S **PB** KOJI OSJETE SIMPTOME ORTOSTATSKE HIPOTENZIJE TREBALI ČINITI?

Pacijent bi trebao sjesti ili odmah leći kada osjeti simptome. S time bi simptomi trebali prestati. Drugi manevri koje pacijent može pokušati prikazani su u nastavku.



Ortostatska hipotenzija u Parkinsonovoj Bolesti : Osnovne informacije za pacijente



Slika : Manevri koji se mogu pokušati kada osjetite simptome ortostatske hipotenzije. A. Stižite šake. B. Prekrižite noge. C. Sjednite s prekriženim nogama. D. Stanite na prste. E. Nagnite se naprijed. F. Čučnite. G. Naslonite nogu na stolac ili stolicu. H. Sjedite u položaj koljena-prsa. I. Legnite za nogama podignutim u povišeni položaj.

Opaska : Ovi fizički manevri trebali bi biti prilagođeni pacijentovim mogućnostima uz dodatne mjere opreza kod onih koji imaju povećan rizik za padove.