



Niedociśnienie tętnicze



IKARD

15.12.2015r

dr Radosław Sierpiński



Definicja

- Przez niedociśnienie tętnicze, czyli hipotonię, rozumiemy trwale utrzymujące się niskie ciśnienie tętnicze, zazwyczaj skurczowe poniżej 100 mm Hg.





Objawy

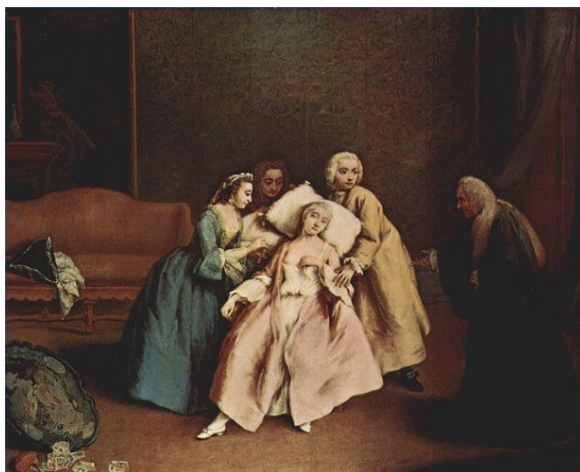
- **zwiększona senność**
- **osłabienie**
- **zaburzenia koncentracji**
- **bóle głowy**
- **zawroty głowy i mroczki przed oczami**
- szum w uszach
- nastroje depresyjne
- wewnętrzny niepokój
- ziębnięcie rąk i stóp
- ból karku w pozycji stojącej
- temperatura poniżej 36-37 °C

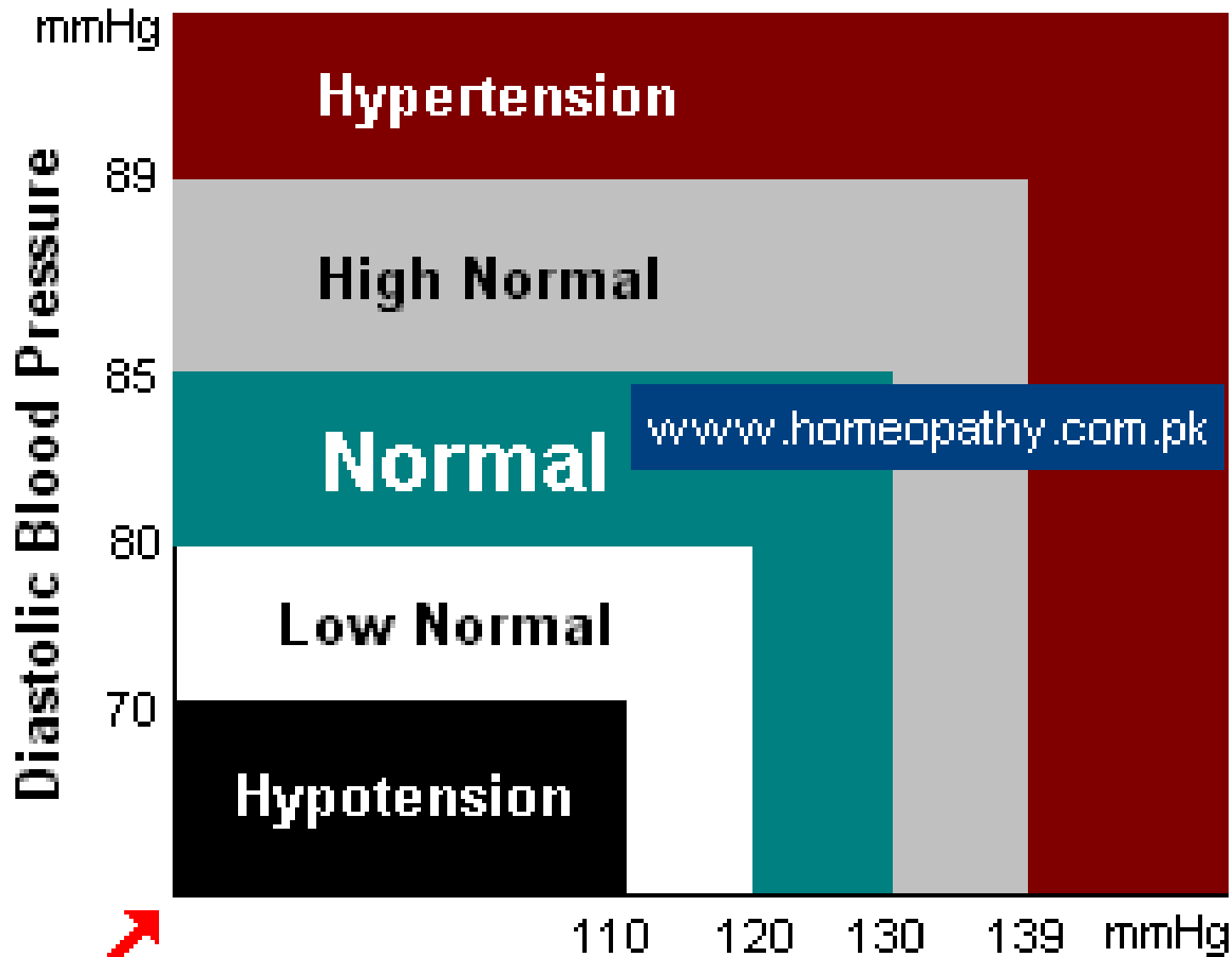




Objawy

U osób z niedociśnieniem tętnicznym występuje skłonność do omdleń, zwłaszcza w pozycji stojącej. Dlatego zespół niedociśnienia tętniczego określa się niekiedy mianem zespołu **niedociśnienia ortostatycznego**.



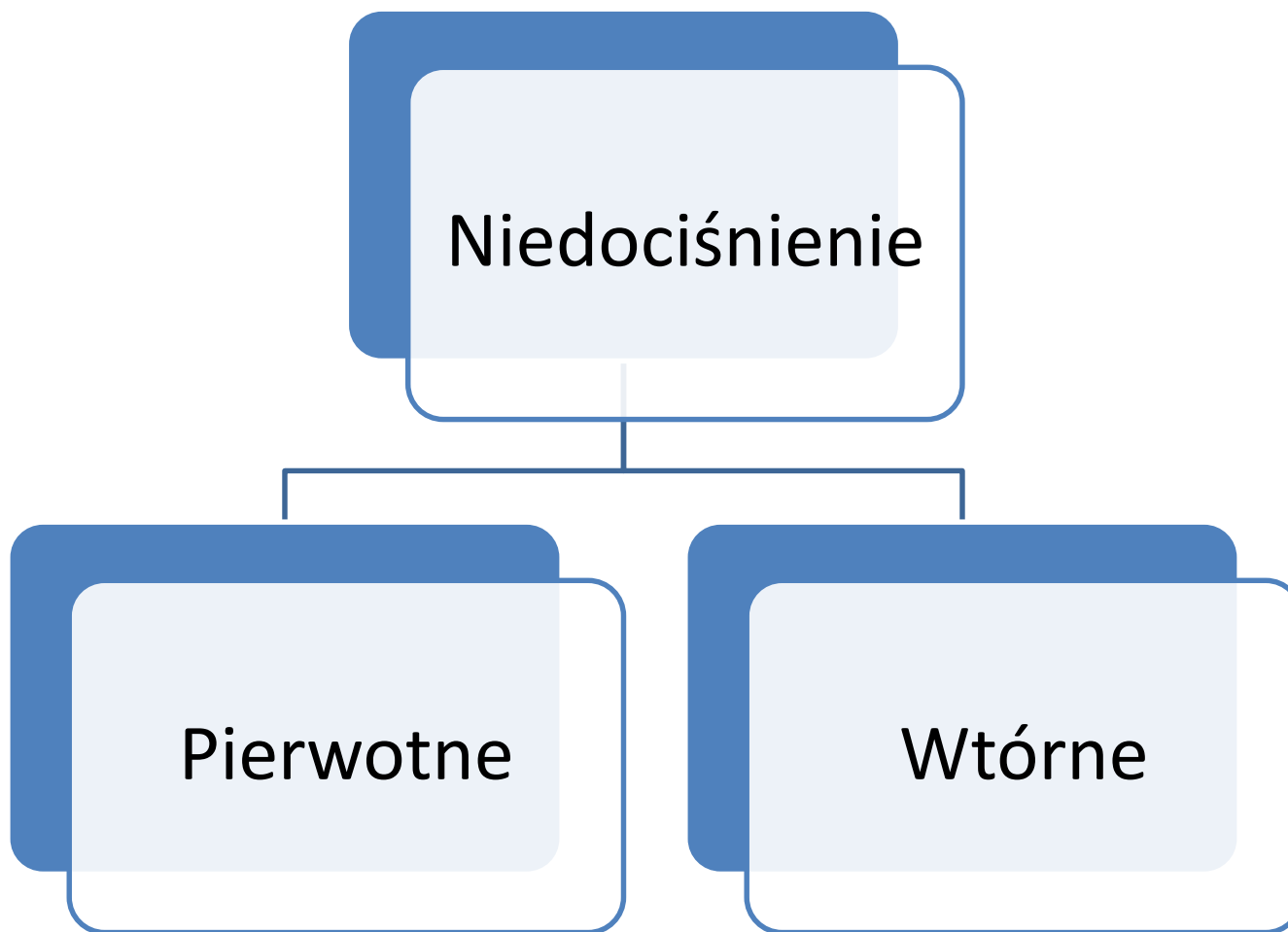


Systolic Blood Pressure

(Figure not to Scale)



Przyczyny



Niedociśnienie pierwotne

Jest to najczęstsza postać:

- o nieznanym pochodzeniu
- utrzymująca się przewlekle
- występująca częściej u osób szczupłych
- skłonność częściowo dziedziczna.

Niedociśnienie pierwotne

Jako hipotetyczną przyczynę niedociśnienia tętniczego pierwotnego przyjmuje się pewne wrodzone predyspozycje z mniejszą elastycznością (zwiększoną wiotkością) ścian naczyń tętniczych.



Niedociśnienie ortostatyczne

Sposoby łagodzenia przykrych skutków hipotonii:

- wstawaj powoli, z pozycji leżącej poprzez siedzącą do stojącej,
- nie stój zbyt długo w jednym miejscu,
- zażywaj jak najwięcej ruchu na świeżym powietrzu,
- unikaj pomieszczeń źle wentylowanych i tłoku,
- unikaj dłuższego przebywania w skrajnych temperaturach,
- w upalne dni pij dużo płynów, aby nie dopuścić do odwodnienia,
- staraj się systematycznie wykonywać nieuciążliwe prace fizyczne, podnoszące ciśnienie i dotleniające organizm.

Niedociśnienie ortostatyczne

- powstaje w wyniku zaburzeń regulacji ciśnienia przy gwałtownym wstawaniu lub długim staniu.
- Krew gromadzi się poniżej serca, co zmniejsza ilość tłoczzonej przez nie krwi.
- Dotyczy 5% osób powyżej 70 lat i 10% powyżej 80 lat. Odsetek ten jest większy u cierpiących na choroby krążenia i cukrzycę.
- Zwiększa 2 razy ryzyko zgonu po 70 roku życia.

Niedociśnienie ortostatyczne

- Hipotonię ortostatyczną można rozpoznać wtedy, gdy zmiana pozycji ciała z leżącej na stojącą powoduje spadek ciśnienia skurczowego o 30 mm Hg lub ciśnienia rozkurczowego o 10 mm Hg.
- Hipotonia ortostatyczna, jest działaniem niepożądanym wielu leków, szczególnie tych, które są stosowane w terapii nadciśnienia tętniczego.

Niedociśnienie wtórne

- **chorób układu krążenia**
- chorobie Parkinsona
- niedoczynności
 - kory nadnerczy (choroba Addisona)
 - płata przysadki mózgowej
 - **tarczycy**
- infekcji
- **cukrzycy**
- **zmniejszenia ilości krążącej krwi (z powodu krwawienia lub odwodnienia)**
- **przedawkowania leków hipotensyjnych**
- nadużycia alkoholu
- długotrwałego leżenia u przewlekle chorych, kiedy dochodzi do rozluźnienia naczyń krwionośnych.



Postępowanie



Postępowanie nefarmakologiczne

- ✓ picie dużej ilości płynów (2-2,5 l/dobę)
- ✓ zwiększenie ilości spożywanej soli (10-20 g/dzień)
- ✓ unikanie obfitych posiłków
- ✓ regularna aktywność fizyczna
- ✓ prysznic na przemian ciepłą i zimną wodą
- ✓ ułożenie głowy kilkanaście cm powyżej stymuluje uwalnianie reniny i zmniejszanie produkcji moczu,
- ✓ siedzenie z nogą założoną na nogę,
- ✓ noszenie pończoch uciskowych lub elastycznych bandaży uciskowych - zmniejsza to ilość krwi zalegającej w nogach

Leczenie farmakologiczne

Leczenie farmakologiczne stosuje się w przypadku niedociśnienia ortostatycznego i pierwotnego, gdy postępowanie **niefarmakologiczne nie przynosi zadowalających rezultatów!**

Leczenie farmakologiczne

- Leczenie rozpoczyna się od podawania fludrokortyzonu – glikokortykosteroidu zatrzymującego sód.
- W drugim rzędzie podaje się leki zwężające naczynia:
 - efedryna 25 mg/dzień
 - metylofenidat 10 mg/dzień
 - feylopropanolamina 25 mg/dzień
 - midodryna <10 mg/dzień



Podsumowanie

- „nie należy się spieszyć z leczeniem środkami farmakologicznymi objawów niskiego ciśnienia tętniczego – mimo braku leczenia przyczynowego – ani też nie należy oczekiwać trwałych jego efektów...”



serce dla arytmii
zadbaj o swoje serce