



Hipotensiunea arterială ortostatică în boala Parkinson: Fapte esențiale pentru pacienți

CE ESTE HIPOTENSIUNEA ARTERIALĂ ORTOSTATICĂ ȘI CÂT DE FRECVENT SE ÎNTÂLNEȘTE ÎN BOALA PARKINSON?

Tensiunea arterială (TA) este unul dintre cei mai importanți parametri vitali. TA poate avea variații normale. De exemplu, ea este adesea puțin mai mare în timpul zilei decât noaptea. TA poate crește, de asemenea, în timpul stresului. Când oamenii se ridică în picioare, tensiunea arterială poate scădea ușor timp de câteva secunde. Dar, de obicei, revine la normal repede.

Atunci când TA nu mai revine repede la normal după ce ne ridicăm în picioare, vorbim despre hipotensiune ortostatică sau posturală. Această formă de tensiune arterială scăzută se întâlnește la aproximativ o treime din pacienții cu boala Parkinson (BP). Este mai puțin frecventă la începutul bolii, dar se întâmplă mai des pe măsură ce boala progresează.

Cifrele TA au două numere, de exemplu 120/80 mmHg. Prima cifră este TA sistolică. Aceasta este cea mai mare presiune când inima se contractă ca să pompeze sângele prin corp. A doua cifră este TA diastolică. Aceasta este cea mai mică presiune când inima se relaxează între contrații. Hipotensiunea ortostatică este definită ca o scădere a numărului sistolic cu cel puțin 20 mmHg sau a numărului diastolic cu cel puțin 10 mmHg în decursul a 3 minute după ridicarea în picioare din poziția culcat.

CARE SUNT SIMPTOMELE HIPOTENSIUNII ARTERIALE ORTOSTATICE? SUNT PERICULOASE?

Persoanele cu hipotensiune arterială ortostatică pot avea o varietate de simptome atunci când se ridică, inclusiv:

- Confuzie ușoară
- Amețeli
- Slăbiciune
- Oboseală
- Greață
- Vedere încețoșată
- Încetinire cognitivă
- Slăbiciune în picioare
- Durere de cap sau de gât care radiază până la nivelul umerilor (așa-numitele dureri "cui pentru haine").

Unul dintre pericolele hipotensiunii arteriale ortostatice este că poate provoca căderi. Uneori, scăderea TA poate fi suficient de severă pentru a provoca leșin sau pierderea cunoștinței (aceasta se numește sincopă).

Hipotensiunea arterială ortostatică poate fi mai frecventă în următoarele perioade:

- Dimineța devreme
- Pe vreme caldă
- După mese (în special mese copioase)
- După consumul de alcool
- În timpul urinării sau evacuării intestinului
- În timpul efortului fizic

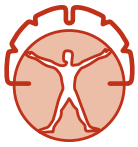
MEDICAMENTELE PENTRU BP POT PROVOACA HIPOTENSIUNE ORTOSTATICĂ?

Unele medicamente pentru BP pot provoca această formă de tensiune arterială scăzută sau o pot înrăutăți. Aceste medicamente includ levodopa și medicamente similare. Dar, chiar și persoanele care nu iau medicamente pentru BP pot avea hipotensiune ortostatică. Medicamentele pentru hipertensiunea arterială, precum și alte medicamente pot provoca, de asemenea, această formă de tensiune arterială scăzută la pacienții cu BP.

CE POT FACE PACIENȚII CU BP PENTRU A DIMINUA HIPOTENSIUNEA ARTERIALĂ ORTOSTATICĂ?

Pacienții cu BP pot încerca următoarele strategii pentru a diminua hipotensiunea arterială ortostatică, eventual cu ajutorul îngrijitorului lor.

- Beți mai multe lichide.
- Beți rapid 250-500 ml de apă într-o perioadă de 3-4 minute. Faceți acest lucru la prima trezire, dacă apar simptome când vă ridicați din pat sau dimineța.
- Minimizați sau evitați consumul de alcool.
- Ridicați-vă încet și stați nemișcat, când vă simțiți amețit.
- Evitați să stați nemișcat sau în poziție culcat pentru perioade lungi.
- Evitați expunerea prea mare la mediile calde, precum băile calde, saunele etc.
- Ridicați capul patului atunci când vă întindeți, încercați să folosiți o pană sub capul patului.
- Creșteți cantitatea de sare din dietă (dacă hipertensiunea arterială nu este o problemă).
- Mâncați mese mai mici și mai dese.
- Purtați ciorapi elastici compresivi sau centuri abdominale. Este important ca ciorapii compresivi să meargă de la nivelul piciorului până la șold sau peste abdomen.



International Parkinson and
Movement Disorder Society

Hipotensiunea arterială ortostatică în boala Parkinson: Fapte esențiale pentru pacienți

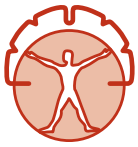
EXISTĂ MEDICAMENTE PENTRU TRATAREA HIPOTENSIUNII ARTERIALE ORTOSTATICE ÎN BP?

Medicul ar trebui să revadă toate medicamentele pacientul cu BP. S-ar putea să fie necesară diminuarea dozelor sau chiar stoparea unor medicamente.

Există mai multe medicamente, care ar putea fi de ajutor în tratarea hipotensiunii arteriale ortostatice la pacienții cu BP. Acestea includ fludrocortizonul, midodrina și droxidopa. Aceste medicamente pot fi utilizate fiecare în parte sau în combinație. Dozele pot fi ajustate pentru a preveni scăderea TA până la niveluri foarte joase. Trebuie să vă asigurați că TA nu crește prea mult, atunci când stați întins.

CE AR TREBUI SĂ FACĂ PACIENȚII CU BP CÂND AU SIMPTOME DE HIPOTENSIUNE ARTERIALĂ ORTOSTATICĂ?

Pacientul cu BP ar trebui să se așeze sau să se întindă imediat când apar simptomele de hipotensiune ortostatică. Acest lucru ar trebui să determine simptomele să dispară. Mai jos sunt prezentate și alte lucruri pe care le poate face pacientul cu BP pentru a depăși simptomele posturale



International Parkinson and
Movement Disorder Society

Hipotensiunea arterială ortostatică în boala Parkinson: Fapte esențiale pentru pacienți

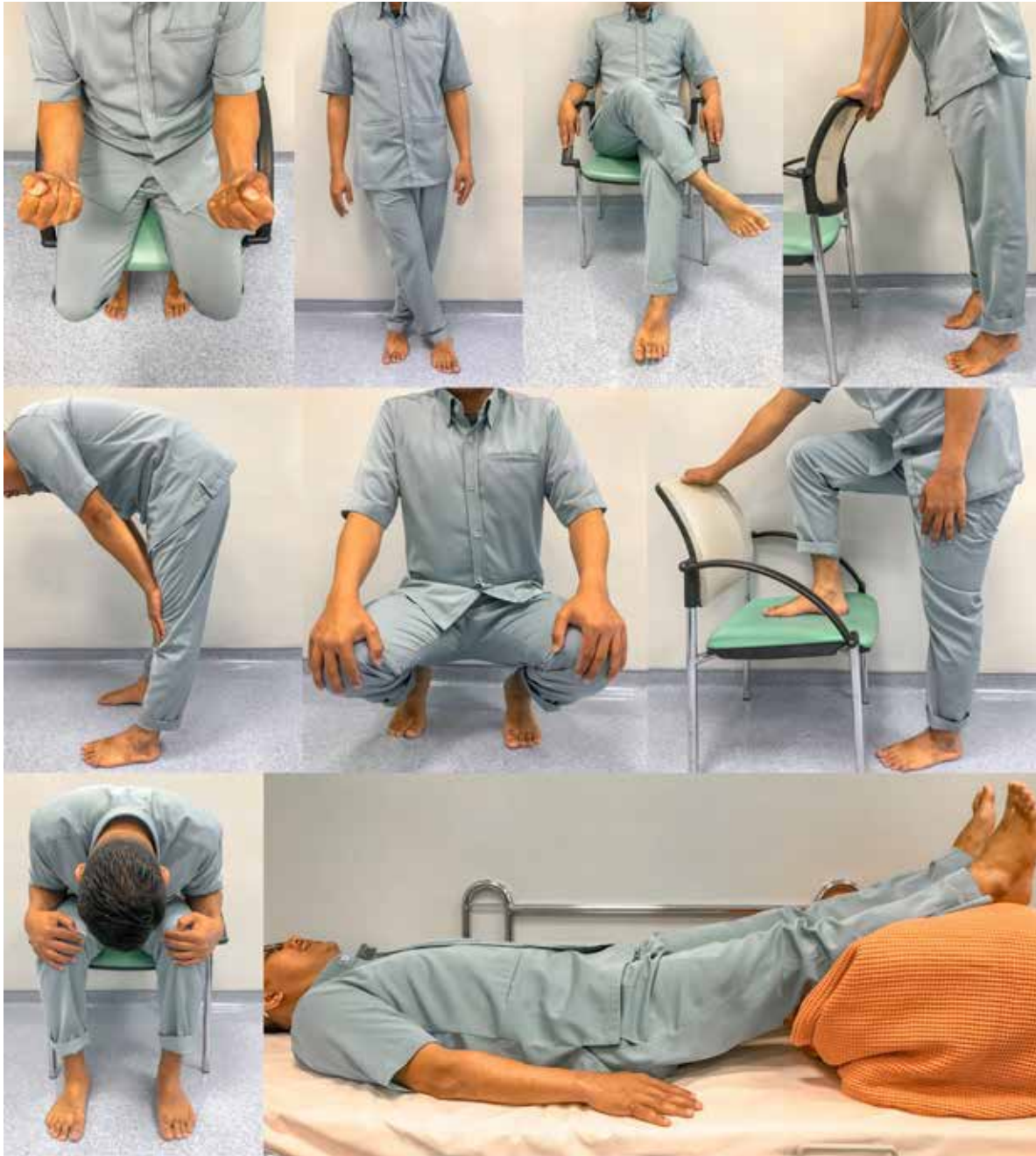


Figura: Lucruri pe care le puteți face atunci când simțiți simptome de hipotensiune ortostatică. A. Înceleștarea pumnilor. B. Încrucișarea picioarelor (în picioare). C. Încrucișarea picioarelor (așezat). D. Ridicarea pe vârful degetelor. E. Înclinarea înainte. F. Așezarea pe vine. G. Ridicarea unui picior pe un scaun. H. Așezarea în poziția cu pieptul la nivelul genunchilor (poziție de accident). I. Culcarea pe o suprafață plană cu picioarele ridicate.

Notă: Aceste manevre fizice trebuie adaptate în funcție de capacitățile pacientului, cu o atenție sporită la cei care au riscul să cadă.