

«Η Θεραπεία της πίεσης πρέπει να αονίζει από



Επιμέλεια:

Ρούλα Τσουλέα

Οι τιμές της αρτηριακής πίεσης πάνω από τις οποίες χορηγείται θεραπεία είναι πολύ υψηλές και θα έπρεπε να είναι χαμηλότερες, υποστηρίζει διεθνής ομάδα επιστημόνων.

Και ζητούν την άμεση αναθεώρηση των οδηγιών που σήμερα ισχύουν παγκοσμίως.

Οι ερευνητές από το Πανεπιστήμιο της Οξφόρδης και άλλα ερευνητικά κέντρα ανέλυσαν συνδυαστικά τα στοιχεία 123 προγενέστερων κλινικών μελετών, οι οποίες είχαν διεξαχθεί μεταξύ 1966 και 2015 σε περισσότερους από 600.000 εθελοντές.

Όπως γράφουν στην ιατρική επιθεώρηση «The Lancet» ανακάλυψαν πως με κάθε μείωση κατά 10 χιλιοστά της στήλης υδραργύρου (mmHg) της συστολικής πίεσης μειώνεται κατά το ένα πέμπτο ο κίνδυνος για έμφραγμα, κατά το ένα τέταρτο ο κίνδυνος για εγκεφαλικό και κατά 13% ο κίνδυνος θανάτου από κάθε αιτία.

Η μείωση αυτή ίσχυε ακόμα και σε εθελοντές που είχαν συστολική πίεση κάτω από

το όριο πάνω από το οποίο συνιστάται φαρμακευτική αγωγή (είναι τα 140 mmHg).

Επιπλέον, το όφελος ήταν μεγαλύτερο για τους ανθρώπους υψηλού καρδιαγγειακού κινδύνου, όπως οι καπνιστές, οι διαβητικοί ηλικίας άνω των 65 ετών, όσοι έχουν αυξημένα επίπεδα χοληστερόλης, οι παχύσαρκοι κ.λπ.

Η αρτηριακή πίεση μετριέται με δύο αριθμούς: την συστολική (είναι ο μεγάλος αριθμός στη μέτρηση) που αντιπροσωπεύει τη δύναμη με την οποία διέρχεται το αίμα από τα αγγεία όταν κτυπάει η καρδιά και την διαστολική (ο μικρός αριθμός στη μέτρηση) που αντιπροσωπεύει τη δύναμη με την οποία διέρχεται το αίμα από τα αγγεία όταν ξεκουράζεται η καρδιά.

Σύμφωνα με τις ισχύουσες οδηγίες, η πίεση είναι φυσιολογική όταν είναι έως και 120/80 mmHg (ή 12-8, όπως αποκαλείται στη χώρα μας).

Από το 121/81 έως το 140/90 θεωρείται ότι κάποιος έχει προϋπέρταση, δηλαδή έχει μεν αυξημένη πίεση αλλά όχι τόσο υψηλή ώστε να θεωρείται υπερτασικός (αν και είναι πολύ πιθανό να γίνει, αν δεν λάβει τα μέτρα του).

Αν η πίεση υπερβαίνει το 140/90 mmHg (ή το 150/90 για τις ηλικίες άνω των 80 ετών), το άτομο θεωρείται υπερτασικό και συνιστάται δίαιτα και φαρμακευτική αγωγή.

Η νέα μελέτη, όμως, έδειξε πως η μείωση της πίεσης ακόμα και σε άτομα που είχαν συστολική πίεση κάτω από 130 mmHg, ελάττωνε τον κίνδυνο για έμφραγμα, εγκεφαλικό και θάνατο από κάθε αιτία.

Αυτό υποδηλώνει ότι και η προϋπέρταση είναι επικίνδυνη και επομένως πρέπει να πάψει να χορηγείται εντατική θεραπεία μετά το 140/90 και να αρχίζει από χαμηλότερα, υποστηρίζουν οι ερευνητές.

«Τα ευρήματά μας δείχνουν με σαφήνεια ότι η θεραπεία της υπέρτασης σε χαμηλότερο επίπεδο από το συνιστώμενο μπορεί να ελαττώσει σημαντικά τη συχνότητα των καρδιαγγειακών νοσημάτων, σώζοντας ενδεχομένως εκατομμύρια ζωές», δήλωσε ο επικεφαλής ερευνητής δρ Καζέμ Ραχίμι, αναπληρωτής καθηγητής Καρδιαγγειακής Ιατρικής στην Οξφόρδη.

Ωστόσο έσπευσε να προσθέσει πως αυτό δεν σημαίνει πως όλοι οι προϋπερτασικοί πρέπει να πάρουν φάρμακα, διότι αυτά έχουν ανεπιθύμητες ενέργειες οι οποίες πρέπει να συνυπολογίζονται, ενώ όσο πιο χαμηλή είναι η προϋπέρταση, τόσο μικρότερο είναι το όφελος της φαρμακευτικής θεραπείας, όπως κατέδειξε η μελέτη.

Πηγή : Web Only- tanea.gr