

Η μέτρηση της πίεσης στο σπίτι δίνει καλύτερα αποτελέσματα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



SHUTTERSTOCK

Η αυτοφροντίδα στο σπίτι είναι ένα από τα σημαντικότερα θέματα αντιμετώπισης πολλών ασθενειών σύμφωνα με τους ειδικούς. Ο ασθενής πρέπει να μαθαίνει όχι μόνο πώς να αντιμετωπίζει τη νόσο του αλλά και πώς να προλαμβάνει προβλήματα που μπορεί να του προκύψουν.

Έρευνες που έγιναν αναφορικά με τη μέτρηση πίεσης στο ιατρείο έδειξαν ότι μπορεί να είναι από 10%-20% υψηλότερες οι ενδείξεις στον ασθενή από ό,τι αν ο ίδιος άνθρωπος μετρηθεί μέσα στο 24ωρο στο σπίτι του.

Για παράδειγμα, η μέτρηση της πίεσης, το να μπορεί ένας ασθενής να την κάνει μόνος του στο σπίτι εμπεριέχει και πολλά πλεονεκτήματα. Και ο λόγος είναι ότι πολλά άτομα είτε για νευρολογικά αίτια, είτε για ψυχολογικά όταν επισκέπτονται το γιατρό η πίεση τους ανεβαίνει απότομα. Αυτά τα άτομα όπως λένε οι ειδικοί, δεν έχουν όμως ουσιαστικό πρόβλημα υψηλής πίεσης που θα αναγκάσει το γιατρό

να τους δώσει θεραπεία. Απλά ο οργανισμός τους ανταποκρίνεται λάθος κάτω από μια συγκεκριμένη κατάσταση.

Το θέμα είναι πως το ποσοστό των ατόμων αυτών δεν είναι διόλου αμελητέο όπως λένε οι ερευνητές, καθώς ανέρχεται στο 30% των ανθρώπων που επισκέπτονται ένα ιατρείο.

Κλινικές μελέτες που έγιναν στο Βέλγιο και στις ΗΠΑ σε πάνω από 1.900 ασθενείς έδειξαν, ότι οι ασθενείς που έκαναν 24ωρη μέτρηση στο σπίτι τους βοηθούσαν τους γιατρούς τους να αναγνωρίσουν καλύτερα ποιοι εξ αυτών, κινδύνευαν πραγματικά από κάποιες επιπλοκές της υψηλής πίεσης. Η 24ωρη μέτρηση έδωσε καλύτερα αποτελέσματα από την μέτρηση στο ιατρείο.

Οι ερευνητές διαπίστωσαν επίσης ότι οι ασθενείς που είχαν μέσο όρο συστολικής πίεσης κατά το 24ωρο, ίσο ή ψηλότερο από 135 mmHg, είχαν 75% ψηλότερο κίνδυνο να υποστούν μια από τις κλασσικές επιπλοκές της ψηλής πίεσης (καρδιακή ανεπάρκεια, νεφρική ανεπάρκεια, καρδιακή προσβολή, εγκεφαλικό επεισόδιο).

Για το λόγο αυτό τα άτομα αυτά καλό θα είναι να μπορούν να μετρούν την πίεση τους μόνα τους στο σπίτι όταν είναι ήρεμα. Αυτό μπορεί να γίνει με αν ειδικό μηχάνημα μέτρησης της πίεσης ακόμα και όταν ο ασθενής είναι κοιμισμένος. Το μηχάνημα έχει τη δυνατότητα να ελέγχει την πίεση καθ' όλο το 24ωρο και να εντοπίζει αν υπάρχει όντως πρόβλημα ή όχι.

Πηγή: naftemporiki.gr