

Která vyšetření se provádějí u pacientů s vysokým krevním tlakem?

U dětí a dospělých do 40 let je vysoký krevní tlak vzácný. Je-li zjištěn, je třeba provést nezbytné krevní testy, vyšetření moče, ultrazvukové vyšetření, aby se vyloučilo možné onemocnění ledvin. Velmi důležité je také vyloučit zúžení tepen, které zásobují ledviny. K tomu se používají i další zobrazovací techniky, jako je ultrazvukové vyšetření ledvinových tepen, rentgenové vyšetření s kontrastní látkou nebo i magnetická rezonance, kde používaná kontrastní látka není pro ledviny nebezpečná.

Jak se dá vysoký krevní tlak léčit?

Léčba samozřejmě záleží na příčině. Obecně se kombinuje dieta s omezením příjmu kuchyňské soli s léky, kterých je velká skupina a jejichž výběr je individuální podle diagnóz, stáří pacienta a jeho individuální tolerance. Léky mohou mít celou řadu nežádoucích účinků, které nelze dopředu stanovit. Je však nezbytné tyto možné nežádoucí účinky nejdříve konzultovat s lékařem a léčbu nevysazovat bez rady s ním. V některých případech, kdy je vysoký krevní tlak způsoben zúžením tepny, která ledvinu zásobuje, se provádí zásah na této tepně.

Může to být jednak roztažení tepny balonkem, který se zavádí do postiženého místa při katetrizaci tepny z třísla (často se ještě do zúženého místa vsune tzv. stent, což je trubička, která brání opětovnému zúžení tepny), nebo se provádí operační výkon na cévní chirurgii.

Co pro zlepšení krevního tlaku může dělat sám pacient?

Obecně platné zásady životního stylu pro zlepšení krevního tlaku:

- snížení nadváhy;
- více fyzické aktivity (tělesného pohybu);
- dieta s omezením příjmu kuchyňské soli;
- omezení stresu;
- zcela přestat kouřit.

Poděkování za sponzorskou pomoc patří:
Štefanu Margitovi
Sportovnímu klubu dialyzovaných
a transplantovaných ČSTV
České nadaci pro nemoci ledvin


www.arcodiva.cz

**ČESKÁ
SPORITELNA**


NEMOCNICE NA HOMOLCE
www.homolka.cz


ČESKÁ NEUROLOGICKÁ SPOLEČNOST
CZECH SOCIETY OF NEUROLOGY

CKF Czech Kidney
foundation
**ČESKÁ NADACE
pro nemoci ledvin**

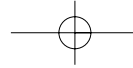
U Nemocnice 2, 128 08 Praha 2, tel.: 224 96 26 96

13

INFORMACE PRO PACIENTY

Vysoký krevní tlak a ledviny

Ledviny a regulace krevního tlaku spolu úzce souvisí. Onemocnění ledvin může způsobit vysoký krevní tlak a naopak vysoký krevní tlak může poškodit funkci ledvin.



Co je to krevní tlak?

Krevní tlak je tlak, který vzniká při srdeční činnosti a působí na pružné stěny tepen. Díky němu je umožněno odvádět krev od srdce směrem k orgánům, jako je například mozek, játra, ledviny, střevo a podobně.

Při jeho měření určujeme dvě hodnoty. Horní je systolický tlak, dolní hodnota určuje diastolický tlak. Horní hodnota udává nejvyšší tlak krve v okamžiku, kdy se srdce stáhne a pumpuje krev do tepen. Dolní hodnota určuje nejnižší tlak krve v okamžiku, kdy se srdce roztahuje a plní krví. Naměřené hodnoty krevního tlaku jsou proto dvě, první systolická, druhá diastolická. Nejčastěji používanou jednotkou jsou milimetry rtuťového sloupce (např. 120/80 mm Hg).

Krevní tlak je ovlivněn věkem, pohlavím, jeho hodnoty během dne nejsou stejné a kolísají podle fyzické nebo jiné zátěže. O vysokém krevním tlaku u dospělých většinou hovoříme, když v klidových podmínkách při opakovaném měření přesahuje 140/90. U diabetiků jsou kritéria pro posuzování krevního tlaku ještě přísnější. Diagnózu vysokého krevního tlaku (arteriální hypertenze) však nestanovujeme na základě jednoho vyšetření. Vhodným způsobem, jak posoudit tlak krve, je 24hodinové měření krevního tlaku přenosným monitorem.

Jak vzniká vysoký krevní tlak?

Celá řada nemocí může způsobit vysoký krevní tlak. U většiny pacientů se ale žádná příčina nezjistí. Rizikovými skupinami pro vznik vysokého krevního tlaku jsou:

- starší lidé;
- osoby s výskytem vysokého krevního tlaku u příbuzných;
- osoby s nadváhou;
- nemocní s cukrovkou;
- nemocní s onemocněním ledvin;
- osoby s nadměrným příjmem kuchyňské soli;
- kuřáci;
- ženy užívající hormonální antikoncepci.

Častější je výskyt vysokého krevního tlaku u mužů než u žen.

Proč se musí vysoký krevní tlak léčit?

Důležité orgány jako srdce, mozek, oči a ledviny mohou být v důsledku neléčeného vysokého krevního tlaku závažně poškozeny. Dlouhodobě neléčený krevní tlak může způsobit srdeční infarkt, cévní mozkovou příhodu nebo selhání funkce ledvin.

Závažnou skutečností je to, že vysoký krevní tlak v prvních letech po jeho vzniku nemusí nemocný nijak pociťovat. Pokud už

vzniknou orgánové komplikace, mohou se objevit následující příznaky:

- bolesti hlavy;
- krvácení z nosu;
- pocit krátkého dechu;
- zhoršení zraku;
- bolesti na prsou.

Vysoký krevní tlak a onemocnění ledvin

Většina onemocnění ledvin, která vedou ke zhoršení jejich funkce, mohou způsobovat i vysoký krevní tlak. Vysoký krevní tlak sám o sobě vede často k dalšímu poškození ledvin. Zvláště negativně se to projevuje u pacientů, jejichž onemocnění ledvin je spojeno se ztrátami bílkoviny do moči. Aby se tento bludný kruh přerušil, je bezpodmínečně nutné vysoký krevní tlak normalizovat. Bylo prokázáno, že správnou léčbou vysokého krevního tlaku je možné oddálit nutnost zahájení dialyzační léčby o řadu let.

Přestože se onemocnění ledvin spojené s vysokým krevním tlakem nemusí projevovat žádnými příznaky, je nezbytně nutné se podrobovat pravidelným kontrolám u lékaře. Specialista na poruchy funkce ledvin se nazývá nefrolog.

