



Malo je opasna riječ i legende o zdravlju

Doc dr sc Ljiljana Fodor Đurić, nefrolog/hipertenzijolog

Razmislite: kako biste reagirali da Vam osoba koju jako volite kaže da i ona Vas „malo“ voli?

Pametnom dosta, rekli bi naši stari koji su bili vrlo mudri u životnim pitanjima, ali ostavili su za sobom jako puno iskrivljenih slika o zdravlju Vašeg tijela.

Nije to samo pitanje znanstvenih otkrića do kojih se došlo u međuvremenu ili neupućenosti, više bih rekla da je to stvar nonšalancije i ležernosti čitave jedne generacije u pristupu prema

vlastitom zdravlju.

Danas, kada sve više do izražaja dolazi krilatica da je vrijeme novac, a novcem možete kupiti gotovo sve osim vlastitoga narušenog zdravlja, trebali bismo zauzeti više ozbiljnosti u stavu prema prevenciji te promijeniti neke legende.

Riječ koju na žalost najčešće čujemo u ordinaciji jest „malo“, a pacijenti ju koriste kad opisuju koliko im je visok krvni tlak, šećer u krvi ili masna jetra.

Legenda 1

„Povišen mi je tlak u Vašoj ordinaciji zbog bijele kute.“

„Hipertenzija bijele kute“ poseban je entitet i nerijetko se bijeloj kuti pripisuje i ono što ne bi trebalo te se opet odgađa postavljanje dijagnoze i liječenje.

Zato imamo 24-satne kontinuirane mjerače tlaka, sada i s opcijom mjerenja centralnog aortalnog tlaka, te nismo više u dilemi je li potrebno uvesti terapiju i čemu pripisati visoke vrijednosti krvnog tlaka. Prilikom očitavanja nalaza točno ćemo znati koji se dio povišenih vrijednosti odnosi na tzv. hipertenziju bijele kute.

Legenda 2

„Premlad sam da bih pio lijekove za tlak.“

Starački tlak i starački dijabetes opasne su legende. Živimo u doba preventivnih sistematskih pregleda i povišen krvni tlak otkriva se već i u adolescentskoj dobi, kao i šećerna bolest. Ako je povišen tlak otkriven u osamnaestoj godini, ne znači da ga ne treba liječiti i svakako je potrebno učiniti obradu eventualnih sekundarnih uzroka.

Legenda 3

„Ako imam postavljenu dijagnozu hipertenzije, trebam pregled kardiologa.“

Ovo je jedna od najčešćih zabluda, jer se kardiolozi ne bave obradom arterijske hipertenzije, to rade nefrolozi. Svi su eventualni sekundarni uzroci hipertenzije vezani uz bubrege, nadbubrežne žlijezde i bubrežne krvne žile. Ne treba svaki hipertoničar kardiologa, ali svaki kardiološki pacijent treba nefrologa.

Činjenica je da će svaki neliječeni hipertoničar kad-tad trebati i kardiologa i nefrologa.

Legenda 4

„Nemoguće je da imam povišen krvni tlak, jer sam do jučer bio/bila niskotlakaš.“

Ovo je najčešća rečenica u Ambulanti za hipertenziju. Izrazito niske vrijednosti krvnog tlaka također su „problem“ s tlakom i nerijetko se budući hipertoničari regrutiraju iz redova niskotlakaša. Preporučuju se svakako češće kontrole krvnog tlaka i postavljanje 24-satnoga kontinuiranog mjerača tlaka.