

YÜKSEK TANSİYON bebeklerde de görülebilir



Tansiyon
yüksekliği
kaderiniz olmasın!

1

CEYDA ERENOĞLU

cerenoglu@higazete.com.tr

Çok ciddiye alınmayan ve halk arasında sonuçları önceden kestirilemeyen bir sağlık sorunu olan yüksek tansiyon, 3 kişiden birinde görülüyor ve yaşamı olumsuz yönde etkiliyor. Yol açtığı problemler ise saymakla bitmiyor. Son yıllarda konuyla ilgili olarak yapılan çalışmalar bu hastalığa yönelik farkındalığı artırsa da, daha alınacak çok yol var gibi görünüyor.

Türk Hipertansiyon ve Böbrek Hastalıkları Derneği Başkanı Prof. Dr. Şükrü Sindel, yüksek tansiyonun mutlaka tedavi edilmesi gereken bir sağlık sorunu olduğunu belirtiyor ve şöyle devam ediyor:

GENETİK FAKTÖRLER ETKİLİYOR



Prof. Dr. Şükrü
Sindel

"Kan basıncının normalden daha yüksek seviyeye çıkmasına 'hipertansiyon' adı verilmektedir. Kişiden kişiye değişimle birlikte ortalama tansiyon değerinin 120/80 mmHg çıkması; normal olması anlamına gelir. Kişide hipertansiyon yani yüksek tansiyon olduğunu söyleyebilmek için ise, üst sınır

olarak kabul edilen 145/90 mmHg değerinin aşılması ve tansiyonun en az birkaç kez bu sınırların üzerine çıkması gerekmektedir.

Geçmişte tansiyonun yaşa bağlı olarak yükseldiği düşünülürdü ve yaşlı kişilerde ortaya çıkması normal kabul edilirdi. Günümüzde ise, bu inanış terk edildi. Artık sadece yaşlı insanların değil, her yaş grubunun hastalığı olarak kabul edilen hipertansiyon, genetik bir özellik taşıyor. Annebabada hipertansiyon olması, bu hastalığın çocukta görülme olasılığını yüzde 50'ye çıkarıyor. Günümüzde bu soruna, bebeklerde bile rastlanıyor. Hipertansiyon genetik olarak

bildiği gibi, birtakım başka hastalıkların etkisiyle de ortaya çıkabiliyor."

Hipertansiyona zamanında müdahale edilmesinin şart olduğunu belirten Prof. Dr. Şükrü Sindel, tedaviye zamanında başlamayan hastaların önemli sorunlarla karşılaştıklarına ve ömürlerinin kıaldığına dikkat çekiyor. Kan basıncının normal sınırlarda olması veya o sınırlara çekilmesi gerektiğini belirten Prof. Dr. Sindel, hipertansiyonun mutlaka ciddiye alınması gereken başlıca belirtilerini şöyle sıralıyor:

BAŞLICA BELİRTİSİ YORGUNLUK HİSSİ

- Sabahları yataktan kalkarken hissedilen, başın arkasından enseye doğru uzanan ancak kısa zamanda kaybolan baş ağrıları.
- Nedeni belirlenemeyen bir halsizlikten ve yorgunluktan şikâyetçi olmak.
- Kişinin çok kısa bir yürüyüşten sonra bile kendini yorgun hissetmesi.
- Göğüs ağrıları.
- Kişinin, gece saatlerinde nefessizlik nöbetleri geçirmesi.
- İlerleyen yüksek tansiyon durumlarında, görme bozukluğu.
- Baş dönmesi. (Bu, nadiren rastlanan belirtiler arasında yer almaktadır.)



Hırçın ve öfkeli kişilerde daha sık RASTLANIYOR

Birçok insanın hastalık olarak görmediği için tedavisini ihmal ettiği hipertansiyon (yüksek tansiyon), inme ve körlük gibi pek çok sağlık sorununa yol açabiliyor. Prof. Dr. Şükrü Sindel, günümüzde bu hastalığa sadece yaşlılarda değil, bebeklerde de rastlandığını dile getiriyor

Prof. Dr. Şükrü Sindel, tansiyon sorunu olanların genellikle A tipi kişilik yapısında olduklarını söylüyor. Bu yapıdaki kişiler; hırçın, saldırgan, öfkeli, heyecanlı, elleri titreyen, kavgacı, ufak tefek göğüs ağrıları çeken, asit fazlalığı nedeniyle gastrit ve ülser gibi mide şikâyetleri bulunan, iş stresi fazla olan ve aktif kişiler olarak biliniyor. Bu kişilerde kan basıncının yüksek seyretmesinin nedenleri arasında, sempatik sistemin sürekli ayakta olması başı çekiyor. Bu durumun, tansiyonla yakından ilişkisi olduğu biliniyor.

**YARIN:
Sarımsak ve
limon suyunun
tansiyon üzerinde
kanıtlanmış
bilimsel etkisi
var mı?**