

Vill du läsa mera om hypertoni och blodtrycksbehandling?
www.varvguiden.se
www.sjukvardsradgivningen.se
www.sbu.se
www.allahjartan.se (AstraZeneca)
www.pfizer.se

Kontaktuppgifter:
Har du frågor eller funderingar, kontakta en sjuksköterska på Södersjukhusets hjärtmottagning:
Telefon: 08-616 30 20,
måndag-torsdag kl. 09:00-14:00,
fredagar kl. 09:00-11:30

Vilka läkemedel används för behandling av högt blodtryck?

Det är framför allt läkemedel från fem olika läkemedelsklasser som används vid blodtrycksbehandling. Dessa är vätskedrivande (av typen thiaziddiuretika), calciumflödeshämmare, ACE-hämmare, angiotensinreceptorhämmare (ARB) och betablockerare. Ibland används även läkemedel av andra typer för blodtrycksbehandling. Ofta krävs en kombination av två eller flera blodtryckssänkande läkemedel för att sänka blodtrycket tillräckligt. De vanliga blodtryckssänkande läkemedlen är normalt vältolererade, det vill säga de ger oftast inga biverkningar. Dock kan alla läkemedel ge biverkningar och om dessa är allvarliga eller besvärande kan man ofta pröva något annat läkemedel för att uppnå önskad blodtryckssänkning.

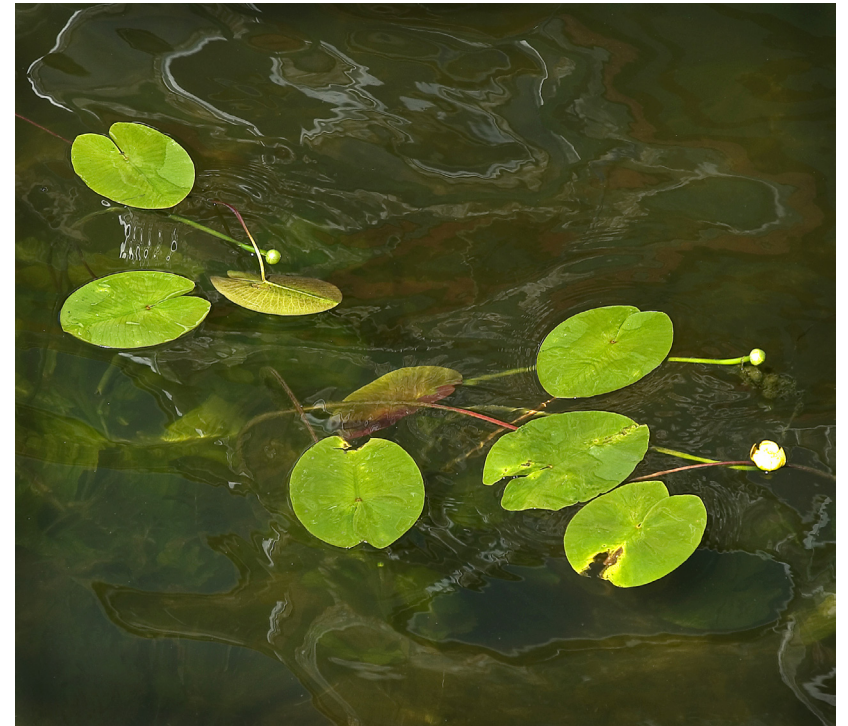
Blodtrycksbehandling är i de flesta fall att betrakta som en livslång behandling. Den blodtryckssänkande effekten fås endast så länge man fortsätter att ta läkemedlet. Blodtrycket kan ofta förändras över tid och det är därför viktigt att man gör upprepade blodtrycksmätningar. Vid ett välinställt blodtryck bör detta kontrolleras åtminstone ett par gånger per år och vid otillräckligt behandlat blodtryck bör kontrollerna ske oftare till dess att man får ned blodtrycket till önskvärd nivå. Om man vill kan man även köpa en egen blodtrycksmanschett (kan köpas till exempel på apoteket). Man bör dock kontrollera att denne anger ett korrekt blodtryck genom att mäta blodtrycket på någon sjukvårdsinrättning och samtidigt mäta blodtrycket med den egna manschetten för att se att dessa överensstämmer. Det rekommenderas dock att man fortsätter att regelbundet mäta blodtrycket inom sjukvården även om man gör egna mätningar i hemmet.

SÖS
SÖDERSJUKHUSET

SJUKHUSBACKEN 10, 118 83 STOCKHOLM, TEL 08-616 10 00
SL-BUSS 3, 4, 74, 164 PENDELTÅG STOCKHOLM SÖDRA
WWW.SODERSJUKHUSET.SE

Producerad: Mars 2008 Fotografgruppen SÖS

TILL DIG SOM HAR HYPERTONI PATIENTINFORMATION



SÖS
SÖDERSJUKHUSET

VERKSAMHETSOMRÅDE KARDIOLOGI

Vad är blodtryck?

För att hjärtat ska kunna pumpa runt blodet i kroppen krävs ett tryck, blodtrycket. Blodtrycket styrs av flera olika faktorer, bland annat hjärtats pumpfunktion, graden av åderförkalkning och aktiviteten i olika hormon- och nervsystem. Blodtrycket varierar normalt ganska mycket under dygnet. Det är som lägst i vila och allra lägst nattetid under sömn. Det stiger vid ansträngning, stress och smärta.

Hur mäts blodtrycket?

Blodtrycket mäts normalt i ena överarmen och anges i millimeter kvicksilver (mmHg). Det indelas i övertryck (systoliskt) och undertryck (diastoliskt). Det systoliska trycket motsvarar det högsta trycket som uppstår då hjärtat drar ihop sig och pumpar ut blodet i blodkretsloppet och det diastoliska trycket är det lägsta trycket under hjärtats avslappningsfas.

Blodtrycket mäts normalt i liggande och efter en stunds vila. Ibland görs en så kallad 24 - timmars blodtrycksmätning, då en blodtrycksmätare automatiskt gör ett flertal mätningar under ett dygn för att få en bättre bild av hur blodtrycket varierar över dygnet.

Vid vilken nivå är blodtrycket för högt?

Blodtrycket är för högt om det i vila överstiger 140/90 mmHg. Om man har diabetes eller nedsatt njurfunktion är blodtrycket för högt om det överstiger 130/80 mmHg. Om blodtrycket överstiger dessa nivåer har man hypertoni. Om blodtrycket ligger nära ovan angivna gränser kan det krävas flera blodtrycksmätningar för att avgöra om en person har hypertoni.

Hur vanligt är hypertoni?

Hypertoni är vanligt och ca 20-25 procent av den vuxna befolkningen i Sverige har högt blodtryck. Risken att få hypertoni ökar med stigande ålder.

Varför får man hypertoni?

Hos en mindre andel av de personer som får hypertoni kan man hitta en specifik orsak, detta kallas för sekundär hypertoni. Det rör sig då vanligen om vissa njursjukdomar eller vissa hormonstörningar. Hos flertalet perso-

ner som lider av högt blodtryck kan ingen specifik orsak hittas, utan det handlar om en kombination av olika faktorer. Denna typ kallas för primär hypertoni. Man vet att bland annat ärftligt anlag, övervikt, högt alkohointag, stillasittande, högt saltintag och psykisk stress kan orsaka högt blodtryck.

Vilka risker innebär för högt blodtryck?

Ett för högt blodtryck under en längre tid innebär påfrestningar på blodkärlen. Detta leder till åderförkalkning (ateroskleros) vilket kan leda till att blodkärlen i olika delar av kroppen kan täppas igen eller gå sönder. Detta kan i sin tur leda till allvarliga och ibland livshotande tillstånd som slaganfall (stroke - vilket kan utgöras av en blodpropp eller hjärnblödning), kärlkramp, hjärtinfarkt, hjärtsvikt, njursjukdomar, fönstertittarsjuka (claudicatio intermittens) och ögonsjukdomar.

Är det farligt att ha ett lågt blodtryck?

Normalt gäller att desto lägre blodtrycket är desto bättre, såvida det inte är så lågt att man besväras av t ex yrsel och svimningskänsla vid uppresning.

Lönar det sig att sänka blodtrycket?

Ett antal stora undersökningar har visat att risken för att drabbas av de åkommor som anges ovan minskar om man sänker blodtrycket hos en person med hypertoni.

Vad kan man göra själv för att sänka blodtrycket?

Att göra livsstilsförändringar kan sänka blodtrycket och minska risken för följsjukdomar till ett för högt blodtryck. Det som kan rekommenderas är bland annat regelbunden motion, viktnedgång (om du har övervikt), att äta en väl sammansatt kost, undvika högt alkohointag, minska stressen och att sluta röka. Hos de flesta personer med hypertoni räcker inte livsstilsförändringar för att få ned blodtrycket till önskvärd nivå utan ofta måste även läkemedelsbehandling användas.