

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بیماری‌های شایع قلبی-عروقی در سالمندان

هایپرتانسیون

- ▶ افزایش فشارخون = شایع‌ترین بیماری قلب و عروق در سالمندان + یک مسئله مهم برای پرستاران سالمندی
- ▶ افزایش مقاومت عروق محیطی بدلیل افزایش سن = هایپرتانسیون ناشی از انقباض عروق
- ▶ دیگر علل: هایپرتیروئیدی، پارکینسون، بیماری پاژه، آنمی، کمبود ویتامین
- ▶ هایپرتانسیون = (SBp > 140mm/Hg)، (DBp > 90 mm/Hg)
- ▶ ضرورت کنترل فشارخون در چند نوبت و در پوزیشن‌های مختلف
- ▶ توجه به وجود استرس و اضطراب قبل از اندازه‌گیری فشارخون مددجو*
- ▶ بیدار شدن با سردرد، اختلال حافظه، ناآگاهی، گیجی، آتاکسی، لرزش خفیف
- = علائم احتمالی هایپرتانسیون

بیماری‌های شایع قلبی-عروقی در سالمندان

▶ توصیه به استراحت، کاهش ذخایر سدیم و در صورت لزوم کاهش وزن

▶ اجتناب از درمان Aggressive هیپرتانسیون بعلت کاهش ناگهانی و خطرناک فشارخون

▶ لزوم بررسی بیمار از نظر علائم هیپوتانسیون مانند: سرگیجه، گیجی، سنکوپ، بیقراری (علائم احتمالی افزایش BUN نیز هست)

▶ تنظیم فشارخون بیمار در حدی که پرفیوژن کافی تامین کند + آنقدر پایین نباشد که خطرات جدی ایجاد کند

▶ استفاده از درمان‌های محافظه کارانه و متعدد بجای یک درمان ضدفشارخون

▶ بتابلوکرها، کلسیم بلوکرها، دیورتیک‌ها، مهارکننده‌های ACE

▶ بالاتر بودن خطر تاثیر نامطلوب داروها در سالمندان = حتی الامکان کمک به بیمار برای کنترل غیردارویی فشارخون

بیماری‌های شایع قلبی-عروقی در سالمندان

- ▶ توصیه به استفاده از یوگا، بیوفیدبک، مدیتیشن و تمرینات آرامبخش
- ▶ توصیه انجمن ملی سلامت برای استفاده از مدیتیشن برای هیپرتانسیون خفیف
- ▶ توصیه به مصرف مکمل روغن ماهی
- ▶ توصیه به مصرف غلات کامل در زنان میانسال و مسن (نقش پیشگیری)
- ▶ اثر کاهنده فشارخون در برخی داروهای گیاهی مانند: سیر، زالزالک، راولفیا (periwinkle)، پریوش (rauwolfia)
- ▶ اثر افزایش دهنده فشارخون در برخی داروهای گیاهی مانند: شیرین بیان و جنسینگ

بیماری‌های شایع قلبی-عروقی در سالمندان

هیپوتانسیون

- ▶ افت فشارخون وضعیتی: کاهش در SBP به میزان 20mm/Hg یا بیشتر پس از یک دقیقه که بیمار از حالت خوابیده به حالت ایستاده درمی‌آید.
- ▶ هیپوتانسیون بعد از وعده غذایی (Postprandial Hypotension): افت فشارخون یک ساعت پس از خوردن غذا (اغلب در استفاده کنندگان از داروهای وازواکتیو یا بیماران دچار کاهش حساسیت بارو رسپتورها
- ▶ احتمال بروز هیپوتانسیون بعد از غذا در اثر مصرف داروهای پایین آورنده فشارخون قبل از غذا یا مصرف غذای پرکربوهیدرات
- ▶ عوارض احتمالی هیپوتانسیون در افراد مسن شامل: افزایش خطر سقوط، سکته مغزی، سنکوپ و تشدید مشکلات CAD

