

## Ortostatisk hypotension vid Parkinsons sjukdom: Information till patienter

### Vad är ortostatisk hypotension och hur vanligt är det vid Parkinsons sjukdom?

Blodtrycket är en av de viktigaste funktionerna för kroppens funktion och överlevnad. Att blodtrycket varierar är normalt. Till exempel är det ofta lite högre under dagen än under natten. Blodtrycket kan också stiga i samband med stress. När man ställer sig upp kan blodtrycket sjunka något under några sekunder, men det stiger oftast snabbt tillbaka till det normala.

När blodtrycket inte stiger tillbaka till det normala tillräckligt snabbt när man ställer sig upp kallas det för ortostatisk eller postural hypotension. Den här formen av lågt blodtryck drabbar en tredjedel av personerna med Parkinsons sjukdom. Det är mindre vanligt förekommande tidigt i sjukdomsförloppet, och blir vanligare när sjukdomen progredierar.

Blodtrycket mäts i två nummer, till exempel 120/80 mmHg. Det övre numret är det systoliska trycket. Det är det högsta tryck som hjärtat kan pumpa ut blod i kroppen. Det undre numret är det diastoliska trycket. Det är det lägsta trycket när hjärtat slappnar av mellan två hjärtslag. Ortostatisk hypotension definieras som en minskning i det systoliska trycket på minst 20 mmHg eller en minskning i det diastoliska trycket på minst 10 mmHg inom 3 minuter efter uppresning.

### Vilka är symtomen vid ortostatisk hypotension? Är det farligt?

Personer med ortostatisk hypotension kan ha en mängd olika symtom när de ställer sig upp, inklusive:

- Ostadighetskänsla
- yrsel
- Svaghetskänsla
- Trötthet
- Illamående
- Suddig syn/svartnar för ögonen
- Kognitiv förlångsamning
- Knäsvaghet
- Huvudvärk eller nackvärk som strålar ut i axlar/skuldror (så kallad coat-hanger pain).

En av farorna med ortostatisk hypotension är att det kan orsaka fall. Ibland kan blodtrycksfallet bli så stort att det orsakar svimning och medvetandeförlust (detta kallas även synkope).

Ortostatisk hypotension kan förekomma oftare vid dessa tider:

- Tidigt på morgonen
- Vid varmt väder
- Efter en måltid (särskilt vid större måltider)
- Efter intag av alkohol
- När man kissar eller tömmer tarmen
- Vid fysisk ansträngning

### Kan Parkinsonläkemedel orsaka ortostatisk hypotension?

Vissa Parkinsonläkemedel kan ge eller försämra den här formen av blodtrycksfall. Dessa mediciner inkluderar Levodopa och liknande preparat. Men även personer som inte tar dessa läkemedel kan ha

ortostatisk hypotension. Mediciner som ges mot högt blodtryck och andra läkemedel kan också orsaka den här typen av blodtrycksfall hos personer med Parkinsons sjukdom.

### **Vad kan personer med Parkinsons sjukdom göra för att motverka problem med ortostatisk hypotension?**

När man har Parkinsons sjukdom kan man försöka använda följande strategier för att minska problemen med ortostatisk hypotension, eventuellt med vårdgivarens hjälp.

- Drink mer vätska.
- Drink 250-500 ml vatten snabbt under en period på 3-4 minuter. Gör detta direkt när du vaknar på morgonen om besvären kommer när du reser dig ur sängen på morgonen.
- Minimera intaget av alkohol.
- Ställ dig upp långsamt och stå still om du känner dig ostadig eller yr.
- Undvik att stå stilla eller ligga plant under längre perioder.
- Undvik för varma temperaturer som varma bad, bastu, mm.
- Höj huvudändan på sängen när du sover, använd något att sätta under sängbenen vid huvudändan.
- Öka salthalten i din mat (om du inte har problem med högt blodtryck).
- Ät mindre vid varje måltid och ät oftare.
- Använd kompressionsstrumpor/stödstrumpor, gärna som går upp ända till höften och helst även över magen.

### **Finns det läkemedel mot ortostatisk hypotension vid Parkinsons sjukdom?**

Man bör gå igenom sina läkemedel med sin läkare. Vissa läkemedel kanske behöver tas bort eller minska i dos.

Det finns ett antal läkemedel som kan hjälpa mot ortostatisk hypotension vid Parkinsons sjukdom. Dessa inkluderar fludrokortison, midodrin och droxidopa. Dessa läkemedel kan användas ensamma eller i kombination. De kan dosjusteras för att minska blodtrycksfall. Det är viktigt att följa upp att blodtrycket inte blir för högt i liggande.

### **Vad kan patienter med Parkinsons sjukdom göra när de känner av symtom som vid ortostatisk hypotension?**

Personen bör sitta ner eller lägga sig ner. Det här bör få symtomen att gå tillbaka. Ytterligare sätt att minska symtomen visas nedan.

Notera: Dessa fysiska manövrar bör anpassas efter patientens rörlighet, med extra vaksamhet för de med hög fallrisk.

Ortostatisk hypotension vid Parkinsons sjukdom

3.18.19, Grade Level 8.0

Sida 3 av 4



Figur: Saker du kan göra när du upplever symptom som vid ortostatisk hypotension.

- A. Knyt nävarna
- B. Korsade benen
- C. Sitt ner med korsade ben
- D. Stå på tå
- E. Luta dig framåt
- F. Nigsitt
- G. Placera ena foten på en stol
- H. Sätt dig och böj huvudet mellan benen
- I. Ligg ner med benen i högläge