

TIUKAT SUKAT VOIVAT PITÄÄ VANHUksen PYSTYSSÄ

ORTOSTAATTINEN HYPOTENSIO on yleinen vaiva vanhuksilla. Seisomaan nousu tai yleensäkin pystyasento saattavat laskea verenpainetta niin paljon, että verellä ei ole voimaa kiertää päässä. Seurauksena voi olla jopa tajuttomuus. Taustalla saattavat olla ikään liittyvä yleinen raihaistuminen, keskus- tai ääreishermoston rappeutuminen, lääkevaikutus ja monet muut syyt. Pystyasento patouttaa verta lantioon ja alaraajoihin, eikä ikäihmisen elimistö aina pysty tehostamaan sydämen sykettä sekä supistamaan laskimoita ja valtimoita riittävän paineen ja verenkierron turvaamiseksi. Käytännön lääkärit yrittävät usein monenlaisia keinoja vaihtelevin tuloksia ja niukoin tutkimustiedoin.

Italialaiset tutkijat selvittivät tu-

kisukkien vaikutusta 21:n keskimäärin 70-vuotiaan oireisiin (Am J Coll Cardiol 2006;48:1425). Potilailla esiintyi ortostaattista hypotensiota vaihtelevista syistä. Kaikkia oli muutaman minuutin seisomisen jälkeen huimannut jo pitkään, keskimäärin lähes kahden vuoden ajan, ja 13 heistä oli suorastaan pyörtenyt. Kaikkien systolinen verenpaine oli laskenut kuudenkymmenen asteen kallistuspöydällä maataessa 90 mmHg:iin tai sen alapuolelle.

Kallistustesti uusittiin, kun alaraajoihin oli kääritty tukisidokset niin löysälle, että ne aiheuttivat vain 5 mmHg:n paineen, ja eri kerralla niin tiukalle, että säären alueella paine oli 40–60 mmHg ja reiden yläosissa 30–40 mmHg. Systolinen verenpaine oli löysien siteiden aikana alussa keskimää-

rin 132 mmHg ja laski kymmenessä minuutissa kallistuspöydällä 112 mmHg:iin. Tiukkojen kääreiden aikana paine oli alussa 137 mmHg ja laski sitten arvoon 127 mmHg. Seitsemän tutkittavista sai oireita löysien siteiden aikana ja kolme tiukkojen.

Sen jälkeen potilaat saivat käyttää samalla tavalla alaraajoja tukevia sukkia oman halunsa mukaan. Puolen vuoden kuluttua 15 heistä käytti niitä, vaikka sukkien pujottaminen jalkaan olikin vähän hankalaa. Seuranta-ajan lopussa vaiivat olivat hellittäneet keskimäärin noin kolmanneksen verran.

Alaraajojen laskimoverenkiertoa parantavat tukisukat saattavat vähentää vanhuksen pystyasentoon liittyvän verenpaineen laskun aiheuttamia oireita. –JP