

Bloeddrukdalings bij Parkinson en Parkinsonismen

Inhoud van deze folder

1. Inleiding
2. Normale bloeddruk
3. Wanneer treden klachten op?
4. Adviezen
5. Behandeling
6. Contact

1. Inleiding

Bij de ziekte van Parkinson en Parkinsonismen komen soms plotselinge bloeddrukdalings voor. Deze bloeddrukdalings worden ook wel orthostase of postprandiale hypotensie genoemd. Orthostatische hypotensie betekent letterlijk: een lage bloeddruk bij staan. Postprandiale hypotensie is een lage bloeddruk die ontstaat na een (warme) maaltijd. De wisselingen in de bloeddruk kunnen grote invloed hebben op uw dagelijkse activiteiten. In deze brochure leest u meer over deze bloeddrukwisselingen, de bijbehorende klachten, de behandelmogelijkheden en geven wij u adviezen. Mocht u naar aanleiding van deze folder nog vragen hebben dan kunt u altijd contact opnemen met het Punt voor Parkinson waar u onder behandeling bent. De contactgegevens vindt u aan het einde van dit document. Algemene vragen kunt u mailen naar info@puntvoorparkinson.nl.

2. Normale bloeddruk

Als u gaat staan, verplaatst bloed zich naar uw buik en benen door de zwaartekracht. Uw hart vult zich dan minder goed met bloed en de hoeveelheid bloed die uw hart rondpompt neemt af. Hierdoor daalt uw bloeddruk. Het centrum in de hersenen dat de bloeddruk regelt signaleert dit. Het reageert hierop door uw bloedvaten te vernauwen en het hart sneller te laten kloppen. Uw bloeddruk komt door deze twee maatregelen snel weer terug op het oude niveau. Zo werkt het 'bloeddrukregulatiesysteem' goed.

Orthostatische hypotensie

Orthostatische hypotensie betekent letterlijk: een lage bloeddruk bij staan. Bij patiënten met orthostatische hypotensie werkt het bloeddrukregulatiesysteem niet goed. Als u gaat staan vernauwen de bloedvaten zich niet voldoende en neemt de hartslag nauwelijks toe. Het gevolg is dat uw bloeddruk na het opstaan lager wordt en even te laag blijft. Als uw bloeddruk erg laag is, pompt uw hart onvoldoende bloed naar de hersenen of andere lichaamsdelen. Hierdoor ontstaan klachten zoals:

- licht in het hoofd;
- wazig zien;
- duizeligheid;
- zwart worden voor de ogen;
- soms pijn in de schouders, nek- of andere spieren.

Als de klachten ernstig zijn, kan eventueel tijdelijke bewusteloosheid optreden.

Orthostatische hypotensie wordt onder andere veroorzaakt door aandoeningen van het zenuwstelsel, zoals de ziekte van Parkinson of het gebruik van bepaalde medicijnen. Oudere mensen hebben soms zonder duidelijke oorzaak last van orthostatische hypotensie.

Postprandiale hypotensie

Postprandiale hypotensie is een lage bloeddruk die ontstaat na een (warme) maaltijd. Bij een postprandiale hypotensie ontstaan dezelfde klachten als bij orthostatische hypotensie. Maar de lage bloeddruk ontstaat dan doordat er ineens meer bloed naar de buikorganen gaat. Dit gebeurt doordat bloed voornamelijk naar de darmen gaat.

3. Wanneer treden klachten op?

De klachten treden op wanneer er onvoldoende bloed beschikbaar is om naar het hoofd te pompen, zoals:

- Bij opstaan en lang staan.
- Na de maaltijd (het bloed gaat dan voornamelijk naar de darmen).
- Bij gebruik van bepaalde medicijnen waardoor er meer vocht wordt uitgescheiden (bijvoorbeeld bij plastabletten).
- Na een warm bad/douche (de bloedvaten van de huid staan wijd open).
- Bij lichamelijke inspanning (de bloedvaten van de spieren staan dan wijd open).
- De klachten verergeren in een warme omgeving en bij te weinig vochtinname.
- Obstipatie kan ook de klachten verergeren.

4. Adviezen

In overleg met uw behandelaar of parkinsonverpleegkundige zijn er verschillende maatregelen mogelijk. Bijvoorbeeld:

- Zorg ervoor dat u genoeg drinkt en voldoende zout gebruikt. Let op: dit mag slechts beperkt als u een hoge bloeddruk of hartprobleem heeft! Overleg met uw huisarts of specialist bij hartklachten en/of gebruik van medicijnen.
- Een bouillon in de ochtend kan goed helpen.
- Gebruik kleine maaltijden. Uw bloeddruk daalt dan niet te veel door verplaatsing van bloed naar de darmen. Gebruik cafeïne houdende dranken bij het eten, zoals koffie of cola. Cafeïne vernauwt de bloedvaten van de buikorganen. Vermijd alcohol.
- Sta altijd rustig op vanuit liggende of zittende houding. Blijf bij het opstaan 's morgens en 's nachts eerst even op de rand van uw bed zitten.
- Als u duizelig wordt terwijl u staat, ga dan in een stoel zitten met uw benen omhoog of ga liggen. Probeer niet te blijven staan. U kunt als het mogelijk is ook op uw hurken gaan zitten. Kom rustig overeind als de klachten weer over zijn.
- Vermijd langdurig stilstaan.
- Vermijd heet douchen en baden.
- Bij veel klachten kunt u eventueel het hoofdeinde van uw bed op ± 30 centimeter hoge klossen te zetten, zodat uw hoofd iets hoger ligt.
- Soms helpen elastische kousen tot lies of taillehoogte of een buikband. Dit kunt u overleggen met uw behandelaar of parkinsonverpleegkundige.
- Als u naar buiten gaat, kunt u een opvouwbaar stoeltje of rollator meenemen om op te gaan zitten bij klachten.
- Aanspannen van buik- en beenspieren pompt het bloed terug naar het hart. Het trainen van deze spieren kan nuttig zijn.

5. Behandeling

Bij ernstige klachten is het mogelijk medicijnen voor te schrijven die de bloeddruk verhogen. Daarnaast moet er gekeken worden naar de andere medicijnen die u slikt, zoals plastabletten en middelen die de bloeddruk verlagen. Deze medicijnen kunnen worden aangepast. Hieronder staan de middelen opgesomd die de behandelaar kan voorschrijven:

- Florinef;
- Midodrine;
- Droxidopa;

Dit kan in combinatie met zouttabletten.

6. Contact

Mocht u vragen hebben dan kunt u altijd contact opnemen met het Punt voor Parkinson waar u onder behandeling bent. Algemene vragen kunt u mailen naar

info@puntvoorparkinson.nl.

Punt voor Parkinson Groningen

Schaaksport 100-102

9728 PG Groningen

T. 050 – 207 2130

F. 050 – 207 2138

Punt voor Parkinson Fryslân

Borniastraat 40

8934 AD Leeuwarden

T. 058 – 286 7861

F. 058 – 286 6218