

## فشارخون پایین چیست؟

فشار خون پایین (هیپوتانسیون) فشاری است که به حدی کم است که باعث ایجاد علائم و نشانه های ناشی از کاهش جریان خون در عروق می باشد.



فشار خون پایین (هیپوتانسیون) فشاری است که به حدی کم است که باعث ایجاد علائم و نشانه های ناشی از کاهش جریان خون در عروق می باشد. وقتی فشارخون به حدی کم باشد که سبب ایجاد نقصان در رسیدن اکسیژن و مواد مغذی به ارگان های مختلف مثل مغز، قلب، کلیه شوند اندام ها نمی توانند عملکرد طبیعی خود را انجام داده و به مرور زمان صدمه می بینند. فشارخون نیرویی است که توسط جریان خون به دیواره ی عروق وارد می شود و یکی از علائم حیاتی اصلی محسوب می شود. فشار خون توسط پمپ خون به درون سرخرگ ها ایجاد شده و با پاسخ سرخرگ ها به این جریان خون تنظیم می گردد. فشارخون فرد به شکل فشار سیستولیک بر روی فشار دیاستولیک (دیاستولیک/سیستولیک) بیان می شود. (مثلا 120/80) فشار خون سیستولیک (عدد بالایی) معرف فشاری است که بعد از انقباض عضله قلب، در شریان ها ایجاد می شود. فشارخون دیاستولیک (عدد پایینی) معرف فشار درون سرخرگهاست وقتی که قلب بعد از انقباض به حالت انبساط و استراحت خود برمی گردد. فشارخون سیستولیک (انبساط) برای بیشتر بالغین بین 90 تا 120 میلی متر مرکوری (میلی متر جیوه) و فشارخون دیاستولیک بین 60 تا 80 میلی متر جیوه است. توصیه های اخیر فشارخون نرمال را فشار کمتر از 120 روی 80 می دانند. فشار خون بیش از 130 روی 80 فشارخون بالا محسوب می شود. فشارخون بالا خطر بیماری های قلبی، کلیوی، سخت شدن دیواره ی عروق (آترواسکلروزیس)، آسیب های چشمی و سکنه را افزایش می دهد. فشار خون پایین (هیپوتانسیون) فشاری است که به حدی کم است که باعث ایجاد علائم و نشانه های ناشی از کاهش جریان خون در عروق می باشد. وقتی فشارخون به حدی کم باشد که سبب ایجاد نقصان در رسیدن اکسیژن و مواد مغذی به ارگان های مختلف مثل مغز، قلب، کلیه شوند اندام ها نمی توانند عملکرد طبیعی خود را انجام داده و به مرور زمان صدمه می بینند. برخلاف فشارخون بالا، فشارخون پایین با علائم و نشانه های افت جریان خون شناسایی می شود نه با کمک اندازه گیری با دست دستگاه (چون اغلب فشار خون بالا بدون علامت است) برخی افراد ممکن است با وجود فشار خون 90/50 هیچ گونه علامتی از فشارخون پایین نداشته باشند و بنابراین فشارشان پایین محسوب نمی شود. به هر حال، برخی از افرادی که عموماً فشارخون بالاتری دارند ممکن است وقتی فشارشان به حد 100/60 افت کند علائم فشارخون پایین را در خود احساس کنند. آیا فشارخون پایین برای سلامتی مضر است؟ افرادی که فشارخون پایین تری دارند خطر کمتری آنها را برای ابتلا به بیماری کلیوی، سکنه، بیماری قلبی تهدید می کند. ورزشکاران و بعضی افرادی که مرتباً ورزش می کنند، افرادی که وزن مناسبی دارند و افرادی که سیگار نمی کشند اکثراً فشارخون کمتری دارند. بنابراین، فشارخون پایین تا زمانی که به حدی پایین نباشد که در ما ایجاد علائم کند و به اندامهایمان صدمه نرزد مطلوب بدن می باشد. علائم و نشانه های فشارخون پایین چیست؟ وقتی فشارخون به حدی پایین باشد که خون کافی به اندام های بدن نرسد، اندام ها بکفایت عمل نکرده و ممکن است به تدریج آسیب ببینند. به عنوان مثال، اگر خون کافی به مغزمان نرسد، سلولهای مغزی اکسیژن و مواد مغذی کافی دریافت نکرده و احساس گیجی، منگی و یا حتی غش کردن به سراغ فرد می آید. تغییر وضعیت از حالت نشسته یا خوابیده به وضعیت ایستاده اغلب علائم و نشانه های فشار خون پایین را ظاهر می سازد. این حالت به این دلیل اتفاق می افتد که ایستادن باعث می شود که خون در رگهای قسمت های انتهایی بدن ته نشین شود، که این خود باعث کاهش بیشتر فشارخون شده و علائم افت فشار ظاهر می شود. پیشرفت حالت گیجی، منگی یا حتی غش در پی ایستادن که از فشارخون پایین ناشی می شود هیپوتانسیون (فشارخون پایین) ارتواستاتیک نامیده می شود. افراد عادی معمولاً سریعاً خود را با افت فشارخون ناشی از ایستادن تطابق می دهند که مانع از ایجاد هیپوتانسیون می شود. وقتی فشارخون ما برای رساندن خون به شریان های کرونری که ماهیچه های قلب را تغذیه می کنند کافی نباشد علائمی نظیر درد قفسه ی سینه (آنژین) یا حتی حمله قلبی بروز می کند. وقتی خون کافی به کلیه ها نرسد کلیه ها توانایی خود را در حذف مواد زائد بدن مثل اوره و کراتینین از دست خواهند داد. فشار خون پایین چگونه درمان می شود؟ فشارخون پایین در صورتی که بدون علامت و نشانه بوده و تهدید کننده اندام های بدن نباشد نیازی به هیچ درمانی ندارد. به هر حال، همه ی بیمارانی که نشانه ها و علائم ناشی از افت فشار را دارند باید توسط پزشک مورد ارزیابی قرار گیرند چون درمانشان بستگی به علت افت فشار دارد. به عنوان مثال اگر مصرف یک دارو (مثلاً داروهای فشارخون و دیورتیک ها) باعث کاهش فشار خون شده باشد، دز آن باید کاهش یافته یا حتی مصرف آن قطع شود و یا اگر خونریزی شدید علت باشد باید تزریق خون انجام شود. به هر حال شایع ترین علل فشارخون پایین کاهش حجم خون، بیماری قلبی و داروهای مصرفی توسط فرد می باشد که بسته به علت، درمان توسط پزشک انجام می گیرد.

