

Ergenlik Döneminde 'çağın Vebasına' Dikkat

HİPERDER Başkanı Tengiz, erken çocukluk döneminde yüzde 1-2 olan hipertansiyon görülme sıklığının ergenlik döneminde yüzde 6-7'ye yükseldiğini, bunda en büyük sebebin de hareketsiz yaşam, obezite ve sağlıksız beslenme olduğunu bildirdi. - 30.08.2018

Hipertansiyonla Mücadele Derneği Başkanı (HİPERDER) Prof. Dr. İstemihan Tengiz, AA muhabirine yaptığı açıklamada, “çağın vebası” olarak adlandırılan ve ölümcül sonuçlara yol açabilen hipertansiyona doğumdan itibaren rastlandığını belirterek, erken çocukluk çağındaki hipertansiyonun doğumsal anomalilere, böbrek ya da damar sistemi rahatsızlıklarına bağlı olarak görüldüğünü, ergenlik döneminde ise bu hastalığın farklı sebeplere bağlı olarak gelişebildiğini ifade etti.

Kardiyoloji uzmanı Tengiz, modern çağın getirdiği kolaylıklarla toplumların pasif yaşama geçmeye başladığını vurgulayarak, “Erken çocukluk döneminde hipertansiyon görülme sıklığı yüzde 1-2 civarında iken ergenlik döneminde 6-7'ye çıkıyor. Pasif yaşam tarzı, yanlış beslenme gibi sebeplere dayanıyor ve obeziteyle paralel şekilde yükseliyor.” dedi.

Sessiz ilerliyor

Hipertansiyonun çocuklarda da sessiz ilerlediğini anlatan Tengiz, özellikle tekrarlayan idrar yolu reflülerinin kronik böbrek hasarına yol açarak hipertansiyona neden olduğunu, bu yüzden çocukluk çağındaki idrar yolu enfeksiyonlarının mutlaka dikkate alınması gerektiğini kaydetti.

Çocuklarda hipertansiyon tanısı konulurken, yaş, boy ve kilo özelliklerin büyük önem taşıdığını aktaran Tengiz, hastaların yüzde 50'sinde hipertansiyonun belirti vermeksizin geliştiğine işaret etti.

Başlıca semptomları

Tengiz, görme bozukluğu, bulantı ve baş ağrısının çocuklarda hipertansiyon için başlıca semptomlar olduğunu, tedavi edilmezse hastalığın gözler, kalp, böbrekler ve damarlarda hasarlara yol açtığını vurguladı.

Çocuklarda 3 yaşından sonra düzenli olarak kan basıncı ölçümünün yapılması gerektiğini kaydeden Tengiz, “Ani kan basıncı artışlarında beyin fonksiyonlarını kaybı, beyin kanamaları yaşanabiliyor. Uzun süreli hipertansiyon çocuklarda kalp ve böbrek yetmezliğine neden olabiliyor. Ölüm ve hastalıklardan kaçınmamız için risk faktörünü erken fark etmemiz gerekiyor.” diye konuştu.

Hipertansiyondan korunmak için

Hipertansiyondan korunmak için yaşam tarzı değişikliğine gidilmesi uyarısında bulunan Tengiz, öncelikle sağlıklı beslenme, düzenli egzersizin büyük önem taşıdığını belirtti.

Tengiz, tıpkı yetişkinlerde olduğu gibi tuz kullanımının kısıtlanmasını ve börek ile pilav gibi karbonhidrat değeri yüksek gıdalardan kaçınılmasını da önerdi.

Telefon: +90 (312) 473 84 23

E-Posta: mts@mevzuattakip.com.tr

Adres: Çetin Emeç Bulvarı Hürriyet Cad. No: 2/12 Çankaya ANKARA