

## **Kõrge vererõhk adipoossetel lastel ja noorukitel**

Tomas Seeman, MD, PhD  
Professor of Pediatrics  
Department of Pediatrics  
Charles University Prague  
Czech Republic

Adipoosus (rasvumine) on sagenenud kogu maailmas, ulatudes erinevates maades 5-10%-ni lastest ja noorukitest.

On teada, et suurenenud kehakaal tõstab vererõhku, seetõttu ei ole imeks pandav, et adipoossetel lastel on kõrge vererõhk (KVR). Adipoossetel lastel on 5 korda suurem oht KVR tekkeks, mida nimetatakse ka „adipoosusest sõltuvaks hüpertensiooniks“ kui ei esine ühtegi muud põhjust. Siiski tuleb lisada, et kõikidest adipoossetest lastest on KVR leitud vaid 10-20%-l. Seega peavad olema mingid teised faktorid, mis soodustavad KVR arenemist nagu näiteks pärilikkus või madal sünnikaal ja enneaegsus.

Adipoosse lapse vererõhu mõõtmisel on oluline valida õige manseti suurus. Puberteedieas noorukid vajavad juba täiskasvanule mõeldud laia mansetti, ehk mansetti, mis kataks ca 40% õlavarre übermõõdust.

Juhtudel, kus on kahtlus „valge kitli hüpertensioonile“ (KVR ainult arsti kabinetis) teostatakse ööpäevane ambulatoorne vererõhu monitooring (AVRM) spetsiaalse aparaadiga.

Lastel, kellel on leitud korduvalt kõrge vererõhk arsti kabinetis, peab põhjalikult uurima, kas KVR põhjuseks ei ole vererõhuga seotud organite kahjustus nagu süda (teha ultraheli uuring) või neerud (teha uriini analüüs valgusisaldusele ja vere analüüs, mis hindab neerude funktsiooni). Oluline on välja lülitada diabeet (määrata suhkur veres) ja kõrgeenenud vere lipiidide sisaldus, mis tavaliselt kaasub adipoosusega.

Esmaseks ravivõtteks adipoosusest sõltuva hüpertensiooni ravis on kaalu langetamine. Seda saavutatakse eluviisi muutusega – suurendatud kehalise aktiivsuse ja vähendatud toiduenergia (kalorite) saamisega. Toitumisnõustaja õde saab siin abiks olla. Kogu perekond peaks omaks võtma sellise liikumise ja toitumise alase eluviisi, mis sobib pere adipoossele lapsele.

Kui adipoosne laps suudab alandada kehakaalu, langeb tavaliselt ka vererõhk 2 mmHg / 1 kilogrammi kaalu alanemise kohta. Adipoosusega seotud hüpertensioon võib kaduda peale edukat eluviisi muutust.

Kahjuks ei ole enamik adipoossetest lastest suutelised oma kehakaalu alandama ja KVR puhul tuleb kasutada antihüpertensiivseid ravimeid: lastele on esmavalikuks angiotensiini konverteeriva ensüümi inhibiitorid (AKEI), angiotensiini retseptori blokaatorid (ARB) või kanali blokaatoreid.

Noorukieas on kasutatud ka bariaatrilise kirurgia võtteid, mida Eestis ei soovitata.

Tõlge:

Lagle Suurorg MD, PhD

Pediaater-kardioloog

Kvaliteediteenistuse juhataja

Tallinna Lastehaigla

[lagle.suurorg@lastehaigla.ee](mailto:lagle.suurorg@lastehaigla.ee)