

Dr. DANICA MRĐEN,
Herceg-Novi

HIPERTENZIJA I KLIMATSKI FAKTORI BOKE KOTORSKE

Arterijska hipertenzija je česta pojava koja u patologiji savremenog čovjeka dobiva sve veći značaj. Opasnost od hipertenzije je zapravo u tome što ona dugo protiče bez simptoma i povlači za sobom niz opasnosti direktnih (krvarenja u mozgu) ili indirektnih (aterosklerotične pojave). Bez obzira što ne postoji još uvijek jedinstven i jednoobrazan pristup u obradi hipertenzije, može se reći na osnovu podataka iz mnogobrojnih statistika da se arterijska hipertenzija javlja u jedne četvrtine (a pod izvjesnim uslovima, opterećenje, sredina itd.) čak i do jedne trećine opšte populacije.

U ovom radu željeli smo da prikazemo naša zapažanja veze krvnog pritiska sa poznatim klimatskim faktorima Boke Kotorske, u većem broju bolesnika, za utvrđivanje — eventualne — zakonitosti hipertenzije i djelovanja promjene klime izraženo u aklimatizaciji, odnosno klimatskoj reakciji.

Nekoliko riječi o hipertenziji. Sta predstavlja visok krvni pritisak. To je stanje kada je sistolni pritisak, (mjereno na nadlaktici — obično lijeva ruka) u miru iznad 150 mmHg, a diastolni iznad 90 mmHg u osoba starijih od 17 godina.

Ovo izlaganje se ograničava samo na arterijsku hipertenziju iako se mjere i drugi krvni pritisci (venski, kapilarni).

Uzrok art. hipertenzije je najčešće nepoznat i to se tada naziva primarna ili esencijalna hipertenzija; manji je broj poznatog uzroka, tzv. sekundarna ili simptomatska hipertenzija.

Podaci za ovo izlaganje uzeti su od bolesnika koji su boravili u Institutu 4—6 nedjelja, a do dolaska liječeni medikamentno stalno ili što je, na žalost, češće, povremeno i liječeni i kontrolirani. U ovih bolesnika prosječno trajanje hipertenzije bilo je 3—4 god., životna dob od 55 do 75 g, a bolesnici su najčešće upućeni na rehabilitaciju zbog promjena nakon trauma, reumatizma degenerativnog i zapaljenskog kao i bolesnici sa koronarnom bolešću.

Ljekari Instituta još prije 10 g. uočili su određena poboljšanja krvnog pritiska i to registrovali (dr. A. Vujinović i saradnici) u određenim grupama bolesnika kod kojih je povećan pritisak uzgred

bio takođe ranije medikamentno liječen. U posljednje 2 godine primjećuje se povećan pritisak kod naših pacijenata skoro u epidemiološkim razmjerama, pored osnovnog oboljenja zbog kojeg su upućeni na rehabilitaciju. S obzirom da se upućuju pacijenti iz svih krajeva naše zemlje kao i iz drugih zemalja, primijetili smo da su u odnosu na povećan pritisak srazmjere sa malim izuzecima približne u svih tih bolesnika. Odlučili smo se da pojedine grupe pacijenata od početka sistematski pratimo bez medikamentne terapije, a primjenjujući fizikalne procedure uz redovnu kontrolu mjerenja krvnog pritiska. Analizirajući obuhvaćene bolesnike posebnom kontrolom, konstatovali smo u značajnom procentu smanjenje hipertenzije odnosno normalizovanje bez posebne medikamentne terapije ili restriktione dijete (svakako da su pacijenti prethodno detaljno upoznavani sa namjerom ispitivanja kao i poučeni za pridržavanje higijensko-dijetskog režima, šetnje, odmora, relaksacije, itd.).

Posebno je primijećeno i lakše je bilo pratiti grupe skandinavskih pacijenata koje broje po 130 bolesnika a smjenjuju se na 28 dana. Izdvojili smo one bolesnike čije su vrijednosti sistolnog pritiska bile (maksimalne) 180—190 a diastolnog 90—110. Srednja životna dob bolesnika bila je 60 god. Oni su posebno uživali i maksimalno koristili prirodne ljepote i klimatske pogodnosti Boke Kotorske, tako da je, pored svih fizikalnih procedura kao i psihosomatiskih faktora, aklimatizacija bila brza, neosjetna i efikasna. Pojedini su se čudili i skoro negodovali da njihove lijekove na koje su toliko navikli ne primjenjujemo, a oni se, i pored toga, dobro osjećaju.

Ljekari Instituta nijesu imali pretenziju da zanemare medikamentnu terapiju kod hipertenzivnih bolesnika tamo gdje je ona neophodna, kao što je uporna, slabo kontrolirana hipertenzija, esencijalna ili simptomatska. Međutim, namjera je bila da se kroz faktore sredine i posebno pogodne klime Boke Kotorske koriste njene pogodnosti da bi se došlo do nekih sopstvenih rezultata kroz praktičan rad i opažanja.

Rezultati rehabilitovanih pacijenata i njihova praćenja koliko je to bilo moguće nakon povratka svojim kućama bilo je zadovoljavajuće, mada ima nedostataka u dugoročnom praćenju kada i koliko se stanje popravilo nakon povratka.

U prosjeku poboljšanje je bilo kod primarne hipertenzije — smanjenje sistolnog pritiska do 25 mmHg, a diastolnog 10—15 mmHg. Mada su bolesnici pokazivali izvanredno subjektivno osjećanje, mi smo svakom pojedinom pacijentu kritički prilazili i upućivali ga u opasnosti koje sobom nosi povećan pritisak. Posebno treba naglasiti da su hipertenzivni pacijenti bili osjetljivi na neravnomjerne oscilacije u pritiscima ako u ljetnim mjesecima iznenada naiđe hladan talas ili u hladnijem razdoblju godine nastane nagli porast temperature sa pojačanom vlažnošću, što je bilo vrlo rijetko. To su ponekad naši pacijenti već osjetili dan ranije i to se odrazilo

na njihov krvni pritisak. Srećom su ove oscilacije, tzv. vremenska stanja frontalnog porijekla, koji imaju izrazito biotropni efekat na ljude u Boki Kotorskoj, zaista rijetki.

Mnogi autori smatraju, i to je sada već opšte prihvacena činjenica, da su neki meteorološki faktori, a posebno njihove nagle promjene, nazvane front, visoko korelirane sa pojavom akutnih poremećaja krvotoka.

Dosta je pisano i govoreno ranije i sada o klimi Boke Kotorske, koja, kao rijetko koji kraj na obalama mora sa zaleđem, predstavlja ujednačenu klimatsko-geografsku cjelinu.

U kontekstu klime, sredine, s jedne strane, i oboljenja posebno cirkulatornih kardiovaskularnih, hipertenzije — stoji čovjek koji je biološki fenomen podvrgnut kao integralna cjelina svojim fiziološkim zakonima i provodi svoj život u sredini koja se neprekidno mijenja tako da se mora naći sa ovim promjenama u dinamičkoj ravnoteži.

ZAKLJUČAK

Sa procesom urbanizacije, koji sobom donosi promijenjen način i tempo života, hipertenzija postaje sve češće oboljenje i sve češći uzrok invalidnosti.

Dobro je poznato da u većine bolesnika sa Esencijalnom hipertenzijom simpatički nervni sistem brže i jače reaguje na spomenute činioce, dovodeći češće do vazospazma i povećanja otpora u perifernim krvnim sudovima. U ovoj reakciji perifernih arterija igraju ulogu i izvjesni poremećaji metabolizma (povećano lučenje određenih hormona).

Liječenju pacijenata s hipertenzivnom bolešću potrebno je pristupiti kompleksno.

Boravak bolesnika s hipertenzivnom bolešću u ovakvoj klimatskoj sredini — na području Bokokotorskog zaliva — i postignuti povoljni rezultati, može da bude jedan od bitnih činilaca u prevenciji i liječenju hipertenzije.

Kao i medikamentno liječenje, i dejstvo klimatskog faktora je složeno. Klima Boke Kotorske omogućava, pored svih poznatih i naučno potvrđenih faktora (umjerene temperature, konstantne sa minimalnim oscilacijama, pogodna vlažnost vazduha, bogatstvo u kiseoniku), i povratak jednoj zaista prekrasnoj prirodi, što sve zajedno ima povoljnu reakciju na kompletnu psihosomatsku ličnost pacijenta.

Mada imamo zadovoljavajuće subjektivne i objektivne pokazatelje kod većine pacijenata (smanjenje hipertenzije s povoljnom reakcijom kardiovaskularnog i neurohumoralnog sistema), pozitivni rezultati ne mogu se sasvim objasniti, a takođe nedostaju dovoljna naučna objašnjenja u literaturi. Međutim, činjenice i dosadašnji rezultati nas ohrabruju i neophodno obavezuju na stručniji i organizovaniji rad u korišćenju preventive i liječenja klimatskim faktorima na području Boke Kotorske.

LITERATURA

1. Straser T. i saradnici: Acta medica Jugoslavica, 1958.
2. Nestorov V. A.: Sezonske kolebanija smernosti ot serdcno-sosudist zabolcvanij, Gijiena i sanitarija, 1964. g.
3. Najdanović B.: Visok krvni pritisak, Med. knjiga, Beograd — Zagreb, 1974.
4. Josipović V.: Prevencija esencijalne i sekundarne hipertenzije, Naučna knjiga, Beograd, 1967.

Summary

HYPERTENSION AND CLIMATIC AGENTS OF BOKA KOTORSKA

Danica MRDEN, M. D., Int. Med. and Card. Spec.
The Institute for Physical Medicine and Rehabilitation
«Dr Simo Milošević», Igalo

With the process of urbanization, bringing a changed way and pace of life, hypertension gets more and more frequent illness and cause of invalidity.

It is generally known that with most of the ill of essential hypertension in particular, the sympathetic nerve system usually works faster and reacts with greater force, and thus more frequently brings to vasospasm and the increase of peripheral vascular resistance. Such a reaction of peripheral arteriolas is helped by certain abnormality of metabolism.

The treatment of the patients with hypertension should be carried out in a complex way.

The presence of the ill of hypertension in such climatic environment and achieved favourable results may play an important part in healing hypertension. The same as medicamentous treatment, the effect of climatic factors is complex. It contains besides all the favourable factors (stability with slight oscillations of temperature, humidity of the air, plenty of oxygen), a return to truly beautiful nature which produces a convenient reaction in complete psychosomatic character of the patient.

Though we have satisfactory subjective and objective indicators with most of the patients (lowered hypertension with the favourable reaction of cardiovascular and neurohumoral system), the affirmative results cannot be fully explained, and there is also a lack of scientific explanation in literature. However, the facts, and so far achieved results, encourage and oblige us to undertake more competent and better organized work in preventing and healing by climatic factors in the region of Boka Kotorska.