

9. TENTSIO-PRESIO ARTERIALA

PATOLOGIA ETA OINARRIZKO ZAINKETAK
OCW UPV/EHU 2015

eman ta zabal zazu

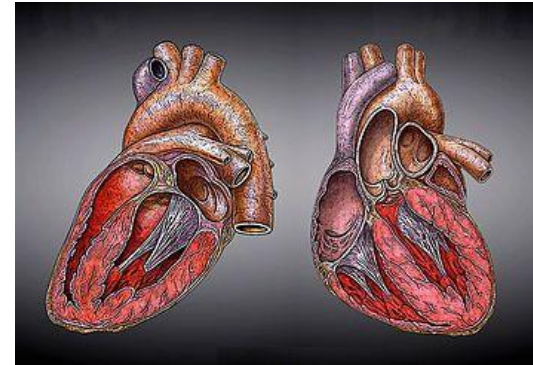


Universidad del País Vasco Euskal Herriko Unibertsitatea



Egilea: Gorka Vallejo

1. PRESIO ARTERIALA



Egilea: Heikenwaelder Hugo. <http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Herz-Heart.jpg>

- Definizioa
 - *Arterien paretetan odolak eragiten duen presioa*
- Tentsio Sistolikoa (TAS): bentrikuluen uzkurketak (sistoleak) odolean eragiten duen presioa da.
- Tentsio Diastolikoa (TAD): bentrikuluak lasai daudenean (diastolea), odolak arterian egiten duen presioa da.

1. PRESIO ARTERIALA

Balio normalak (OME):

	SISTOLIKO A	DIASTOLIK OA
ONENA	≤120	≤80
NORMALA	≤130	≤85
NORMAL- ALTUA	≤130-139	≤85-89

1. PRESIO ARTERIALA

- Tentsio Arterialaren Formula:

$$P.A = \text{GASTU KARDIAKOA (bolumen/min)} \times \text{ERRESISTENTZIA PERIFERIKOAK}$$

- HTA-aren iragarleak:

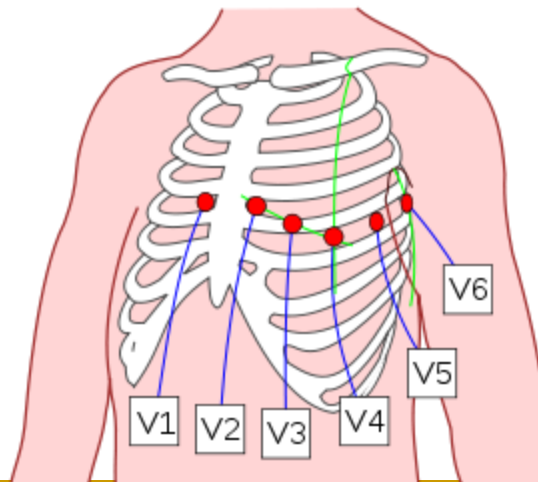
- **Frekuentzia Kardiakoaren** ↑ : (antsietatea, tabakoa...)
- Bihotzera heltzen den **odol bolumena** (prekarga)(postkarga)(uzkurgarritasuna) (Sodio kontsumoaren ↑↑)
- **Erresistentzia periferikoen igoera** (odol basoen radio eta luzeraren, odol-biskositate, tonu baskular eta prekarga/postkargaren araberakoa)

1. PRESIO ARTERIALA

- **Presio Arterialaren *aldaketa fisiologikoak*:**
 - Adina: arteriosklerosia dela eta igotzen da
 - Ariketa fisikoa
 - Giroa: berotasunak T/A jeisten du.
 - Loia: gauean jeitsi egiten da
 - Nahaste emozionalak: basokonstriktzioa dela eta (noradrenalina) eta bihotz frekuentziaren asalduragatik.

1. PRESIO ARTERIALA

- Tentsio Arterialaren *aldaketa zirkadianoak*
 - Igo egiten da 6-9 a.m. ordu bitartean (bihotzekoak)
 - Igo egiten da 13-15 ordu bitartean
 - Igo egiten da 18-20 ordu bitartean



1. PRESIO ARTERIALA

■ Presio arterial **a**normala:

□ Hipertentsioa: **> 140 (sistolikoa)- 90 (diastolikoa) mmHg.** (tratamendu beharra)

□ HTA Motak:

- **1.mailakoa, oinarrizkoa edo esentziala**: %90-95. bizimodu ohiturak, pisua, estresa, ... **etiologia ezezaguna**
- **2. mailakoa**: zio edo etiologia **organikoa**: (giltzurruna, bihotza, diabetesa, etb)
- **Bata zuriduna**
- **Kaltegarria edo gaiztoa**: organoetan lesioak eragiten ditu

1. PRESIO ARTERIALA

- **Hipotentsioa:** < 90-100/60 mmHg (zorabioa, lipotimia)
- **Hipotentsio Ortostatikoa:** jarrera aldaketak eragiten duena. Etzanda edota eserita egotetik, zutik jartzerakoan ematen dena.

2. PRESIO ARTERIALA NEURTZEKO TRESNAK



Esfigmomanometroa

Egilea: Feen. <http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Esfigmoman%C3%B4metro.jpg>

Esfigmomanometroa



Egilea: Michael V Hayes. http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mercury_manometer.jpg



Egilea: Th145. http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Blutdruck_Handgelenk.jpg

2. PRESIO ARTERIALA NEURTZEKO TRESNAK

■ Mangitoen Neurriak

- ❑ **Arrunta** (12-14 zm-tako zabalera)
- ❑ **Umeak** (< 13 urte): poltsa puzgarriak beso osoa inguratu behar du
- ❑ **Loditasun** kasuetan mangito bereziak erabili edo izterrean neurtu

Poltsa puzgarriaren zabalera: gorputz adarraren zirkunferentziaren %40

Poltsa puzgarriaren luzera: zabalaren bikoitza

3. PRESIO ARTERIALAREN NEURKETA

■ Aldakor Homeostatikoak

1. LEKU BERO-EPELA
2. 15 MINUTUKO ATSEDENA
3. KAFEINARIK EZ HARTU (15 MINUTU LEHENAGO)
4. EZ ERRE (15 MINUTU LEHENAGO)
5. ADRENALINAREN ERATORRIAK DIREN FARMAKORIK EZ HARTU NEURKETA AURRETIK

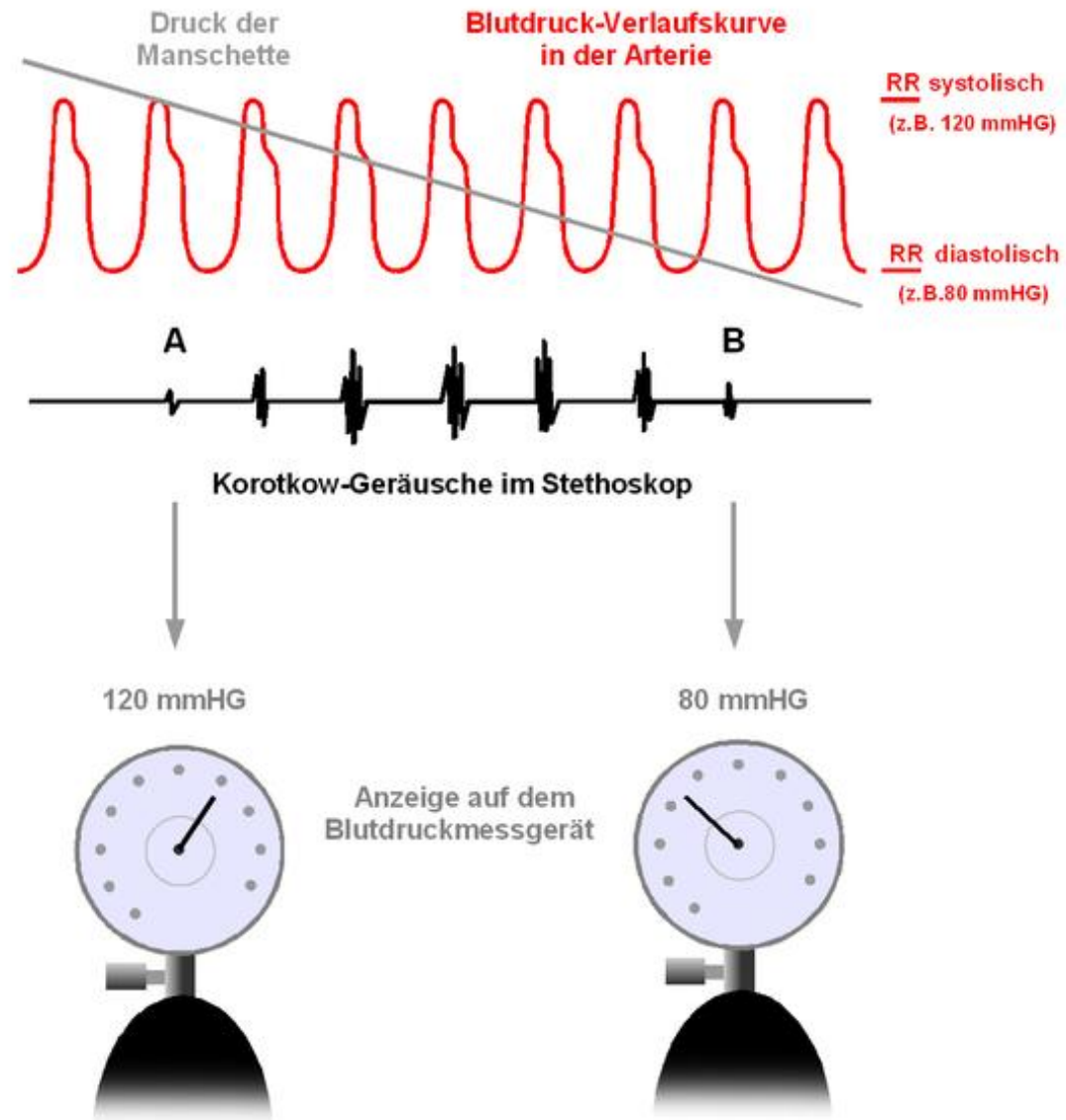
3. PRESIO ARTERIALAREN NEURKETA

■ JARRERA

- **15 MINUTUKO ATSEDENA HARTU. ESERITA, HANKAK GURUTZATU GABE, HITZ EGIN GABE, BESOA GAINAZAL BATEAN FINKATU, BIHOTZAREN ALTUERAN.** *Besoaren igoerak presioa jeisten du; besoaren jeitsierak presioa igotzen du.*

4. KOROTKOFF SOINUEN FASEAK

- **I. FASEA:** *haustura soinu bat da, TAS-an lehenengo entzuten dena*
- **II. FASEA :** *mangitoa husten denean entzuten den zurrumurrua da, TAS eta TAD artean.*
- **III. eta IV FASEAK:** *soinu argi eta bortitzak; TAD baino 10 mmHg gorako presioetan entzuten direnak*
- **V. FASEA:** *mangitoaren presioa, TAD baino baxuagoa denean entzuten den isilunea*



5. GOGOAN IZAN...

- Jarrera eta gaixoaren aurretiko egoera
- Besoaren aukeraketa
- Mangitoaren tamaina
- Mangitoaren kokapena
- Arteria brakialaren bilaketa eta kokapena
- Mangitoaren puztutzea (insuflatzea)
- Mangitoaren hustutze abiadura
- Ez berpuztu mangittoa beso berdinean

6. ERIZAINITZA ZAINKETAK

- T/A altuegia bada arrazoi argirik gabe...
- T/A baxuegia bada arrazoi argirik gabe...
- Mangitoaren neurria egokia ez bada (handiegia)
- Hipotentsioa agertzen bada...
- Gaixoak igeltsua badauka beso bietan...

7. GAIKO HIPERTENTSOAREKIN GOGOAN IZATEKO GOMENDIOAK

- Pisu gehigarria jeitsi
- Koipeen kontsumoa murriztu. Fruitu eta barazkiena igo
- OH kontsumoa mugatu/ezabatu
- Ez erre
- Ariketa fisikoa egin
- Mineralak hartu: K, Ca y Mg
- Na⁺ murriztu eta itsaso gatza hartu
- Ariketa erlajanteak egin: yoga, taichi. Estresik EZ!

8. GAIKOAREN OSASUN HEZIKETA

- Presio arterialaren neurketa egin aurretik, presio arterial normala ezagutzen duen galdetu.
- Helduei, gutxienez urtean behin neurtu behar zaie T/A