

## **Kuidas määrata lastel ja noortel erinevaid vererõhukategooriaid?**

Prof Manish Sinha, Evelina Londoni lastehaigla nefroloogia osakond, London, Ühendkuningriik.

Kõrgenenud vererõhk (VR) kogu selle vahemikus on teadaolevalt peamine südamehaiguste põhjus täiskasvanutel, kellel on haigus ja sureb nende südamehaiguste tõttu, mis on seotud teadaoleva VR tasemega. Kuigi kõrge vererõhk (või hüpertensioon) ja südamehaigused esinevad sageli täiskasvanueas, saavad need probleemid alguse lapsepõlves. Et vähendada nende terviseprobleemide tõenäosust hilisemas elus, on oluline tuvastada kõrge vererõhu ja südamehaiguste alged võimalikult varakult lapsepõlves.

Vererõhu näitudel on kaks numbrit, ülemine ja alumine arv ning neid mõõdetakse millimeetrites elavhõbedat, kui "mmHg". Ülemine arv on süstoolne vererõhk ja kõrgeim tase, mis saavutatakse pärast südamelööke ja mis aitab verel kehas liikuda. Madalam number on diastoolne vererõhk ja madalaim rõhu VR väärtus 110/70 mmHg tähendab süstoolset rõhku 110 ja diastoolset 70 mmHg.

Kuna vererõhu tase muutub koos aktiivsuse ja stressiga, on oluline, et vererõhku mõõdetaks kindlal viisil, kasutades õiget vererõhu mõõtmisseadet ja kui see on tõusnud, kinnitataks seda vähemalt kolmel erineval korral. Vererõhku peetakse tõusuks, kui ülemine või alumine number on üle arsti määratud VR väärtuse. Kõrgenenud vererõhu määramine lapsepõlves hüpertensioonina on siiski meelevaldne ja põhineb VR tasemete normaalsel jaotumisel lastel ja noorukitel. Kõrgemat VR taset täheldatakse vanuse ja pikkuse suurenemisega kogu lapsepõlves; üldiselt on poistel kõrgem VR väärtus kui tüdrukutel. Selline vererõhu jaotus tähendab, et kõige pikematel ja vanematel teismelistel poistel on kõrgeim VR väärtus kõigi laste seas.

Alla 16-aastastel lastel ja noorukitel peetakse kõrget vererõhku või hüpertensiooni, kui nende VR väärtused on VR väärtuste jaotuse ülemises vahemikus ( $\geq 95$ . protsentiil). Sellise või kõrgema väärtusega vererõhku peetakse terviseriskiks ja on tõsine mureks. Vererõhku, mida peetakse veidi kõrgemaks, kui see peaks olema, nimetatakse "kõrge normaalseks" VR-ks kui VR väärtuste jaotuse on vahemikus  $\geq 90$  kuni  $< 95$  protsentiil. See ei tähenda, et terviseriskid on

samad kui kõrgeenenud vererõhu puhul, vaid seda, et lapsel võib hiljem lapsepõlves või noorena tekkida hüpertensioon. Vererõhku peetakse normaalseks normaaljaotuse madalamatel tasanditel (<90 protsentiil) ja see tähendab, et terviseriskid on tunduvalt väiksemad (kui kõrgemate VR tasemetel) ja selles vahemikus VR hoidmine parandab tervist.

On raske otsustada, millal tuleks teismelise vererõhu taset pidada täiskasvanu omaga sarnaseks. See otsus tähendaks, et muutused, mis mõjutavad VR taset noorukieas poisil ja tüdrukutel, muutuvad ebaoluliseks. Kuigi pole täpselt teada, leitakse, et 16-aastastel ja vanematel inimestel peaksid kõrge, kõrge normaalse ja normaalse vererõhu tasemed olema sarnased täiskasvanute omaga ja sama riskiga.

Tõlkis Lagle Suurorg, MD, PhD , pediaater kardioloog

Tallinna Lastehaigla kvaliteediteenistuse juhataja

HyperChildNet projekti juhtkomitee liige

05.01.2022