**Obez çocuk ve ergenlerde yüksek tansiyon**

**Tomas Seeman, MD, PhD**

**Charles Üniversitesi Çocuk Hastalıkları Bölümü Çek Cumhuriyeti**

**Obezite prevalansı dünya çapında artmakta ve şu anda bir çok ülkede yaklaşık olarak çocuk ve ergenlerin %5-10’u etkilenmektedir.**

**Artan vücut ağırlığının kan basıncını arttırdığı iyi bilinmektedir ve bu nedenle obez çocukların ve ergenlerde yüksek kan basıncı (hipertansiyon) riskinin artması şaşırtıcı değildir. Obez çocuklarda hipertansiyon görülme riski yaklaşık 5 kat daha fazladır ve bu risk, yüksek tansiyon için başka bir belirgin neden bulunamazsa, genellikle “obeziteye bağlı hipertansiyon” olarak adlandırılır. Bununla birlikte, çoğu obez çocuğun “sadece” %10-20'si dışında hipertansif olmadığı belirtlmelidir - Bu nedenle, pozitif aile hipertansiyon öyküsü veya düşük doğum ağırlığı gibi vücut ağırlığının ötesinde kan basıncının yükselmesine katkıda bulunan başka etkenler de olmalıdır.**

**Obez çocuklarda tansiyon ölçümü için doğru manşonu seçmek çok önemlidir. Bazı çocuklarda, ergenlik öncesi bile, yetişkinler için kullanılan manşete gereksinim olacaktır! Doğru manşeti seçmek için kol çevresini ölçmemiz gereklidir ve manşet genişliği kol çevresinin yaklaşık %40'ı olmalıdır. Hatta bazı çocukların obez yetişkinler için kullanılan kol manşetlerine gereksinimi olacaktır!**

**"Beyaz önlük hipertansiyonu" düşündüğümüz olgularda (sadece klinik ölçümlerde yüksek kan basıncı saptadığımız), özel kan basıncı cihazları ile 24 saatlik kan basıncı ölçümü yapıyoruz.**

**Doktor ofisinde farklı zamanlarda yapılan ölçümlerde yüksek kan basıncı saptanan tüm obez çocuklar, hipertansiyonun nedenini ve kalp (ultrason ile) veya böbrek gibi olası hedef organ hasarlarını ( kan testleri ve proteinler için idrar testleri ile) saptamak için kapsamlı bir şekilde araştırılmalıdır. Obez çocuklarda sıklıkla görülen diyabet (kan glukoz testi ile) ve kan lipid düzeylerindeki yükseklği dışlamak da çok önemlidir.**

**Obezite ile ilişkili hipertansiyonun birincil tedavisi vücut ağırlığının azaltılmasıdır. Bu, fiziksel aktivitenin artırılması ve enerji (kalori) alımının azaltılması gibi yaşam tarzı değişiklikleri ile başarılabilir. Obez bir çocuğun tüm ailesi, beslenme ve diğer yaşam tarzı değişikliklerini benimsemelidir.**

**Hipertansif obez bir çocukta vücut ağırlığı azaltılabilirse , kan basıncı genellikle 1 kilogram vücut ağırlığı azalması başına 2 mmHg düzeyinde düşer. Sonuç olarak, obeziteye bağlı hipertansiyonu olan bazı çocuklarda, başarılı yaşam tarzı değişikliklerinden sonra kan basıncı normal düzeylere inecektir.**

**Ne yazık ki, obez çocukların çoğunda vücut ağırlığını azalmaz ve hala yüksek tansiyonu olanlar için tansiyon düşürücü ilaç tedavisi gereklidir. Anjiyotensin dönüştürücü enzim inhibitörleri (ACEI'ler), anjiyotensin reseptör blokerleri (ARB'ler) veya kalsiyum kanal blokerleri gibi metabolik parametreler üzerinde olumsuz etkisi olmayan antihipertansif ilaçlar, obezite ile ilişkili hipertansiyonu olan çocuklarda ilk tercih edilecek ilaçlardır.**

**Konservatif tedavimize rağmen morbid obeziteye ilerleyen hipertansif çocuklarda bariatrik cerrahi (mide kapasitesinin azaltılması) bir tedavi seçeneği olabilir.**