

HEIKKI VAPAATALO

LKT, emeritusprofessori
Helsingin yliopisto,
lääketieteellinen tiedekunta,
farmakologia
heikki.vapaatalo@helsinki.fi

KIRJALLISUUTTA

- 1 Korhonen P. Verenpainesuositukset taas myllerryksessä. *Lääkäri* 2018;73:545.
- 2 Suomen Lääketilasto 2016. Helsinki: Fimea ja Kela 2017.
- 3 Jauhainen T, Rönneck M, Vapaatalo H ym. Long-term intervention with *Lactobacillus helveticus* fermented milk reduces augmentation index in hypertensive subjects. *Eur J Clin Nutr* 2010;64:424–31.

SIDONNAISUUDET

Heikki Vapaatalo: Ei sidonnaisuuksia.

Mikä verenpainelukema on todellinen?

Yleislääketieteen professori Päivi Korhosen ansiokas, ajankohtainen ja kriittinen tiedepääkirjoitus *Lääkärilehdessä* 9/2018 (1) herätti minut miettimään, että joku mättää. Pitääkö oikeasti paikkansa, että tässä maailman onnellisimmassa maassa on liki puoli miljoonaa lääkittyä verenpainepotilasta ja ehkä vielä lähes sama määrä hoitoa tarvitsevia? Pääkirjoittajan tavoin kauhistuttaa ajatus siitä, että yhdysvaltalaisuusituksia (verenpainetaudin uusi raja-arvo 130/80 mmHg) alettaisiin noudattaa meilläkin. Verenpainelääkkeiden kustannukset olivat vuonna 2016 noin 89 miljoonaa euroa beetasalpaajia tähän mukaan laskematta (2).

Mikä sitten on yhden tietyn potilaan verenpaine? Se ei ainakaan voi olla yksittäinen lukuarvo, vaikka se mitattaisiin toistuvastikin vakioituissa olosuhteissa vastaanotolla. Tätä pohti ystävänäni, keski-ikäinen terveydenalan ammattilainen, näyttäessään oman rannemittarilla tehdyn seurantansa tulokset: aamulla vuoteen reunalla istuen 115/60 mmHg, WC-käynnin jälkeen istuen 148/80, aamiaisen jälkeen istuen 135/70, työhuoneessa puolilta päivin istuen 152/90, iltapäiväkahvin jälkeen istuen 140/85 ja seisten 154/95, kotona iltaututisten aikaan istuen 125/70 ja illalla makuulle mentyä 118/60 mmHg.

Väitöskirjaoppilaani tutkimuksissa (3) rekrytoimme koehenkilöitä ravitsemustutkimukseen, jossa selvitettiin tuotteella saatavaa mah-

dollista verenpaineen laskua ja valtimojäykkyyden vähenemistä. Verenpaineen osalta sisäänottokriteerinä oli lääkitsemättömällä henkilöillä kontrolloidusti ja toistuvasti mitattu verenpaine-taso 140/85–155/99 mmHg. Tutkimukseen ilmoittautui 396 koehenkilöä, joista tarkemmissa mittauksissamme 216 henkilöä hyväksyttiin lähinnä itse mittaamiemme painearvojen perusteella neljän viikon ”run-in”-vaiheeseen. Tämän jälkeen heistä 122 ei täyttäneen enää verenpainekriteereitä. Muutama henkilö kieltäytyi toistuvista mittauksista, ja sen jälkeen alkupe- räiset kriteerit täytti enää 89 henkilöä. Mukaan tutkimukseen saatiin siis noin yksi neljästä alun perin ”lievästi kohonneen” paineen ryhmään kuuluneesta henkilöstä.

Epäilen, että verenpainelääkkeellä hoidettavien puolen miljoonan suomalaisen joukossa on niitä, joilla hoidon kriteerit eivät täyty. Mahdetaanko lääkitys ylipäätään tarpeeksi usein muistaa lopettaa esimerkiksi elämäntapamuutosten purressa?

Ystävälleni täytynee vain vastata: ”Tehdään oikea vuorokausimittaus, ja päätetään sen jälkeen nuo kaksi tärkeää lukemaa.” ●

Keskustelua-palstalla julkaistavien kirjoitusten enimmäispituus on 2 500 merkkiä. Toimitus lyhentää kirjoituksia tarvittaessa. Palstalle tarkoitetut kirjoitukset lähetetään osoitteeseen laakarilehti@laakarilehti.fi Verkossa voi keskustella osoitteessa www.laakarilehti.fi