



Tutkimus: Nuoret eivät tarkkaile verenpainetta

Hoitamaton korkea verenpaine altistaa muille sairauksille

Arviolta 1,5 miljoonaa suomalaista kärsii kohonneesta verenpaineesta. Microlifen teettämä tutkimus osoittaa, että erityisesti alle 30-vuotiaat eivät tarkkaile omaa verenpainettaan kotona, vaikka kohonnut verenpaine olisi jo todettu.

TNS Gallupin ja Microlifen verenpaineen kotimittausta käsitelleeseen tutkimukseen haastateltiin 640 kohonneesta verenpaineesta kärsivää suomalaista. Microlife on maailman johtava diagnostisia laitteita valmistava yritys.

Alle 30-vuotiaista korkea verenpainetta sairastavista lähes puolet (46 %) ei mittaa verenpainetta kotona. Vain seitsemän prosenttia sanoo mittaavansa verenpainetta kotona vähintään viikoittain. Verenpaineen mittaamisen hoitosuosituksen mukaan mittaus tulisi tehdä kaksi kertaa päivässä.

Sisätautien erikoislääkäri, dosentti **Ilkka Kantola** Turun yliopistollisesta keskussairaalaista toteaa, että tämän selvityksen perusteella verenpaineen mittaamisen tiheys kasvaa iän myötä. Moni motivoituu seuraamaan arvojaan vasta sitten, kun korkea verenpaine on jo saanut seurakseen jonkin selkeämmin oireilevan taudin. Yleisimpiä korkeasta verenpaineesta johtuvia terveyden ongelmia ovat erilaiset sydän- ja verisuonitaudit. Tosin myös pelkästään huonossa hoitotasapainossa oleva tai oireileva verenpaine motivoi monia potilaita verenpaineen mittaukseen kotona.

30–44-vuotiaista vähintään viikoittain kotimittauksen tekee 23 prosenttia ja 45–60-vuotiaista jo 40 prosenttia. Yli 60-vuotiaista vain 9 prosenttia sanoo, ettei mittaa verenpainetta koskaan kotona.

Verenpainetta tulisi mitata päivittäin

Kaikista tutkimukseen vastanneista 28 prosentilla oli korkean verenpaineen lisäksi todettu korkeat verenrasva-arvot ja 15 prosentilla diabetes. Lisäksi 5 prosenttia sairasti uniapneaa ja 5 prosenttia jotakin sydän- tai verisuonitautia. Silti vain 18 prosenttia vastaajista sanoo muiden sairauksien ehkäisyn syyksi miksi kokee verenpaineen mittaamisen tärkeänä.

Nuorilla on myös vanhempia harvemmin kotona verenpainemittari, vaikka verenpaineen olisi todettu olevan koholla. Alle 30-vuotiaista kotimittari on vain 59 prosentilla korkea verenpainetta sairastavista, kun yli 60-vuotiaista vastaava luku on 96 prosenttia. 45–60-vuotiaista kotiverenpainemittari on 89 prosentilla ja 30–44-vuotiailla 70 prosentilla.

Tutkimukseen osallistuneista suurin osa (58 %) kertoi mittaavansa verenpaineensa kodin ulkopuolella vain vuosittain tai jopa harvemmin. Kuukausittain näin teki 27 prosenttia, mutta viikoittain vain kaksi prosenttia ja päivittäin ei yksikään.

- Ainakin lääkkeen aloituksen tai vaihdon yhteydessä verenpainetta pitäisi mitata viikon ajan päivittäin, sillä päivien keskiarvo kertoo luotettavamman tuloksen kuin satunnainen yksittäinen mittaus. Ennen verenpaineen mittausta olisi syytä istua ja rauhoittua mansetti käsivarressa noin viiden minuutin ajan, mikä kotona on usein helpompi tehdä kuin vastaanotolla, tähdentää Kantola.

Microlife on maailman johtava lääketieteen diagnostisia tuotteita valmistava yritys. Verenpainemittarit ja digitaaliset kuumemittarit ovat Microlifen keskeisimpiä tuotteita. Microlife vie vuosittain yli 35 miljoonaa laitetta eri puolille maailmaa. Jokaisessa tuotteessa hyödynnetään parhainta teknologiaa.



Microlifen tilaama tutkimus toteutettiin 1.–4.2.2008 välisenä aikana. Internetpohjaisessa paneelissa toteutettuun kyselyyn vastasi 640 korkeasta verenpaineesta kärsivää 16–79-vuotiasta suomalaista miestä ja naista. Tutkimuksen aineiston keräämisestä vastasi TNS Gallup.

Lisätietoja:

Sisätautien erikoislääkäri, dosentti Ilkka Kantola, p. (02) 3130 130
Darius Milkevičius, Microlife, p.+370 614 77191

Lähettäjä: Aino Ruikka, Viestintätoimisto AC-Sanafor Oy, p. 040 706 8021,
aino.ruikka@acsanafor.fi