



ರಕ್ತದೊತ್ತಡ

ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದೇಕೆ?

ಬಿ.ಪಿ. ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು ಜೀವನಶೈಲಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾದದ್ದು. ಆದರೆ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದೂ ಇದೆ. ಇದರಿಂದ ಹಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಬಿ.ಪಿ. ಕಡಿಮೆಯಾಗಲು ಕಾರಣಗಳೇನು? ಪರಿಹಾರೋಪಾಯಗಳೇನು?

■ **ಡಾ. ವಿನಯ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್**

‘ಚಿಕ್ಕಮ್ಮ, ಎರಡು ದಿನಗಳಿಂದ ಯಾಕೋ ತಲೆ ಸುತ್ತುತ್ತಿದೆ, ಮನೆ ಹತ್ತಿರದ ಡಾಕ್ಟರ್ ಬಳಿ ತೋರಿಸಿದೆ. ಬಿ.ಪಿ. ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.. ಏನಾದ್ರೂ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರಬಹುದಾ..?’ ಇಪ್ಪತ್ತಾರು ವಯಸ್ಸಿನ ಅಕ್ಕನ ಮಗಳು ಕರೆ ಮಾಡಿದ್ದಳು. ನಾನು ‘ಒಮ್ಮೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಒಳಿತು’ ಎಂಬುದಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಿದೆ.

ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ಈ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಲೂ ಬಹುದೇ..? ಹೌದು, ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು.

ಹೃದಯವು ರಕ್ತವನ್ನು ಹೊರಹಾಕಿದಾಗ, ರಕ್ತದ ಹರಿವು ರಕ್ತನಾಳಗಳ ಒಳಪದರಗಳ ಮೇಲೆ ಬೀರುವ ಒತ್ತಡವೇ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ. ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಶರೀರದಲ್ಲಿನ ರಕ್ತದ ಪರಿಮಾಣ ಮತ್ತಿತರ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಪುರುಷ ಹಾಗೂ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡವು 120/80 ಮಿಲಿಮೀಟರ್‌ಗಳಷ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತುಸು ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡವು 90/60 ಗಿಂತಲೂ ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ ಅದನ್ನು ಕಡಿಮೆ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡವು ಹೇಗೆ ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಗಾಂಗಗಳ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಬೀರಬಹುದೋ, ಹಾಗೆಯೇ, ಕಡಿಮೆಯಾಗುವ ರಕ್ತದೊತ್ತಡವೂ ಅಪಾಯಕಾರಿಯೇ. ಅದೂ ಸಹ ಶರೀರದ

ಪ್ರಮುಖ ಅಂಗಾಂಗಗಳಾದ ಹೃದಯ, ಮೆದುಳು ಹಾಗೂ ಮೂತ್ರಪಿಂಡಗಳ ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಕನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಕಡಿಮೆ ಆಗಲು ಕಾರಣಗಳೇನು..?

ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ: ಅತಿಸಾರ ಹಾಗೂ ವಾಂತಿಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಶರೀರವು ನಿರ್ಜಲೀಕರಣಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದಾಗ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ದೇಹದಲ್ಲಿನ ನೀರಿನ ಅಂಶವು ಕ್ಷೀಣಿಸುವುದರಿಂದ ರಕ್ತದ ಪರಿಮಾಣವು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ, ಒತ್ತಡವೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ: ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯ ಮೊದಲ ನಾಲ್ಕಾರು ವಾರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಮಹಿಳೆಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು. ಗರ್ಭಿಣಿಯರಲ್ಲಿ ಪ್ರೈಜೆಸ್ಟೆರಾನ್ ಎಂಬ ರಸದೂತವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಈ ರಸದೂತವು ರಕ್ತನಾಳಗಳನ್ನು ಹಿಗ್ಗಿಸುವುದರಿಂದ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು.

ಮಧುಮೇಹಿಗಳಲ್ಲಿ: ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯ ಅಂಶವು ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ, ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡವೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಥೈರಾಯ್ಡ್ ಗ್ರಂಥಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಮತೆಯು ಕ್ಷೀಣಿಸಿದಾಗ: ಥೈರಾಯ್ಡ್ ಗ್ರಂಥಿಯು ಸಾಮಾನ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಅಥವಾ ಸಾಮಾನ್ಯಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ರಸದೂತಗಳನ್ನು ಸ್ರವಿಸಿದಾಗ. (ಹೈಪೋಥೈರಾಯ್ಡಿಸಮ್ ಮತ್ತು ಹೈಪರ್ ಥೈರಾಯ್ಡಿಸಮ್) ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡದ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಸುವ ಔಷಧಗಳನ್ನು