

Ihr Zentrum für Parkinson und Bewegungsstörungen

## **Neurogene orthostatische Hypotension: Blutdruck-Abfall beim Aufstehen ohne Gegenwehr**

Es gibt mehrere wichtige Faktoren, die das Entstehen von niedrigem Blutdruck bei der Parkinson-Krankheit beeinflussen.

Ein niedriger Blutdruck kann zu einem Zustand führen, der als orthostatische Hypotonie bezeichnet wird, und dies kann zu Symptomen wie Schwindel oder Ohnmacht (z.B. Synkopen) führen. Das tritt besonders häufig bei raschem Aufstehen aus dem Liegen, nach längerem Sitzen oder aus tiefer Hocke auf und dauert einige Sekunden. Es gleicht mehr einer Benommenheit, nicht einem Drehschwindel.

Ein Faktor, der den Blutdruck senkt, ist der degenerative Prozess der Parkinson-Krankheit im Gehirn selbst. Je länger Sie an der Parkinson-Krankheit leiden, desto grösser ist die Wahrscheinlichkeit eines niedrigen Blutdrucks. Die Parkinson-Krankheit beeinflusst auch das autonome Nervensystem, das für die Aufrechterhaltung des inneren Gleichgewichtes und damit auch der Herzfrequenz und des Blutdrucks wichtig ist.

Der Silberstreif am Horizont ist, dass in vielen Fällen der Parkinson-Krankheit die Medikamente gegen Bluthochdruck reduziert oder abgesetzt werden können.

Ein weiterer wichtiger Faktor für die Senkung des Blutdrucks sind Medikamente gegen die Parkinson-Krankheit. Madopar (Levodopa/Benserazid) oder die Dreier-Kombinationen mit Levodopa/Carbidopa/Entacapone können den Blutdruck senken - und zu Schwindel, Benommenheit und sogar zum Ohnmachtsanfall führen. Die Medikamentenspiegel in Ihrem Blutkreislauf erreichen etwa 30-90 Minuten nach der Einnahme Ihrer Parkinson-Medikamente Spitzenwerte. Dann besteht die Gefahr, dass unerwünschte Symptome wie Schwindel und/oder Ohnmacht auftreten.

### **Maßnahmen:**

- \* Keine Medikamente
- \* Kreislaufwirksame Übungen beim Aufstehen
  - 30° Oberkörper (nicht Kopf, Oberkörper!!) hochlagern
  - Im Bett 30 sec Radfahren in Rückenlage
  - Aufsetzen und 1-2 Minuten sitzen bleiben
  - Kühle Umgebung im Schlafzimmer, wenn's geht
  - Kompressionsstrümpfe
  - viel Bewegung

### \* Ernährung

- starker Kaffee
- Salz
- Alkohol wirkt sich ungünstig aus
- viel (viel!!!) Flüssigkeit

### Der "Wasserflaschen-Timing-Trick".

Wir empfehlen unseren Parkinson-Patienten, zu jeder Dosis Levodopa eine volle Halbliter-Flasche Wasser zu trinken und die Wasserflasche innerhalb von 30 Minuten nach Schlucken der Medikamente zu beenden.

Dieser Trick hilft Ihnen, Ihre Flüssigkeitszufuhr aufrechtzuerhalten und niedrigen Blutdruck zu bekämpfen, der durch die Einnahme von dopaminergen Medikamenten ausgelöst werden kann. Besprechen Sie aber dieses Vorgehen auch mit Ihrem Behandlungsteam.