

Postural Tachykardi Syndrome (POTS)

Hva er POTS?

Postural Tachykardi Syndrome (POTS) er en type forstyrrelse av det så kalte autonome nervesystemet. POTS er definert som én tilstand som innebærer økning av hjerterefrekvensen med over 30 slag per minutt ved stående stilling uten blodtrykks fall. Tilstanden kan forverres ved lett aktivitet.

POTS er en ganske ny diagnose, som nå begynner å få legenes oppmerksomhet. Det er en diagnose, som kan påvirke pasientens livskvalitet og lede til at pasienten får diagnosen at det er "psykisk". Historisk, fikk mange pasienter med POTS diagnosen kronisk utmattelse syndrom/ ME, angst eller panikk diagnose.

For og utrede POTS kan man utføre en TILT test, (se STARS Tilt test informasjons blad). Denne undersøkelsen kan avdekke forstyrrelsen av det autonoma nervesystemet.

Symptomer:

Hovedsymptomene av:

- Økt hjerterytme (tachykardi)
- Kronisk svimmelhet.
- Ørhet.
- Søvnløshet
- Hjertebank
- Tåkesyn
- Svakhetsfølelse.
- Hovne eller missfargede ankler.
- Brystsmerter.

Symptomer som muligens er relatert til POTS:

- Konsentrasjonsvansker.
- Migrene
- Utmattelse
- Kortpustet
- Kalde hender og føtter.
- Problemer med regulering av kroppstemperatur.
- Hyperventilasjon.

Hva årsaker POTS?

Det er mange faktorer og årsaker til POTS. Det er derfor viktig at utredningen skjer på spesialklinikker som har erfaring av pasienter med POTS. Ehlers Danlos syndrom (Hypermobilt ledd syndrom) er noen ganger assosiert med POTS. Avhengig av resultatene på utredningen kan en behandlings strategi lages, som kan bety selvhjelps tiltak og mulig medikamentell behandling.

Hva kan man gjøre?

Selvhjelps tiltak:

- Kompresjons strømper.
- Væske inntak. (2 liter per dag). Pasienten bør drikke ett glass til hvert måltid og minst 2 glass utenom måltider. Dette for å oppnå ett inntak på 2 – 2,5 liter per dag.
- Øke salt inntak. (10-20 g salt).

Medisinering:

Legen kan prøve å behandle POTS med Midodrine. Dette er et preparat som ikke er registrert I Norge, men man kan søke om å få dispense.



Syncope Trust And Reflex anoxic Seizures

STARS
+44 (0) 1789 450 564
info@stars-international.org
www.stars-no.org

Terapi:

Kognitiv Beteende Terapi (KBT) har vist seg å gi noe effekt til pasienter med POTS.

Oversatt fra Engelsk av Sykepleier CRM Mats Åhrstrøm
Faglig innhold gransket Av Dr. Maria L. Omstad
Synkope/ atrieflimmer poliklinikken
Sykehuset Østfold
Kontakt informasjon: matahr@so-hf.

Author:
Dr Nigel Stout, Consultant Geriatrician

Reviewed by:
STARS Medical Advisory Committee

