

Aandoening

# Lage bloeddruk bij het gaan staan (orthostatische hypotensie)

Als u last heeft van een lage bloeddruk bij het gaan staan, dan wordt de bloeddruk in uw lichaam niet goed gereguleerd.

Als u vanuit een liggende houding overeind komt naar een staande houding, daalt uw bloeddruk. Normaal reageert het centrum in de hersenen dat de bloeddruk reguleert hier direct op. In een fractie van een seconde zorgt het ervoor dat uw bloeddruk weer normaal wordt. Bij sommige mensen werkt deze reflex niet goed. Dit kan ervoor zorgen dat binnen enkele seconden tot vele minuten de bloeddruk een niveau bereikt waarbij de hersenen minder goed functioneren en u flauw kunt vallen.

Bij ouderen mensen kan een lage bloeddruk bij het gaan staan enkele minuten duren. Het kan ook ontstaan na het plassen of eten.

Of de lage bloeddruk weer voorbij gaat, is erg afhankelijk van de oorzaak van de stoornis in de bloeddrukregeling. Het hangt ook af van hoe goed uw lichaam zelf de bloeddruk kan reguleren.

Bij bepaalde ziekten is er een verhoogde kans op een lage bloeddruk bij het gaan staan. Bijvoorbeeld bij suikerziekte, hartfalen, hoge bloeddruk of de ziekte van Parkinson. Ook sommige medicijnen kunnen deze bloeddrukdaling veroorzaken.

## Wat zijn de klachten?

De klachten ontstaan doordat bepaalde lichaamsdelen te weinig bloed toegevoerd krijgen. U kunt bijvoorbeeld last krijgen van:

- klachten met zien, zoals zwart voor de ogen zien, wazig zien;
- pijn in schouders en nek;
- duizelig, licht gevoel in het hoofd, gevoel van flauwvallen;
- slap, moe, wankel ter been waardoor u kunt vallen;
- verminderde spraak;
- onrustig gevoel.

## Wanneer heeft u klachten?

U krijgt klachten als er niet genoeg bloed beschikbaar is om naar het hoofd te pompen. Bijvoorbeeld wanneer u:

- gaat staan;
- snel overeind komt vanuit bukken;
- bepaalde medicijnen gebruikt waardoor u veel vocht uitscheidt (bijvoorbeeld plastabletten), of als u medicijnen gebruikt in verband met de ziekte van Parkinson;
- een warm bad heeft genomen (de bloedvaten in de huid staan dan wijd open);
- zich lichamelijk inspant (de bloedvaten van de spieren staan dan wijd open);

in een warme omgeving bent en als u te weinig vocht gebruikt.

## Onderzoeken

De arts luistert naar uw verhaal en klachten. Daarnaast meet de arts uw bloeddruk. Eerst terwijl u een tijdje rustig ligt. En daarna terwijl u staat.

# Behandelingen

De behandeling is erop gericht om te voorkomen dat de lage bloeddruk ontstaat. U krijgt leefregels en adviezen.

## Leefregels en adviezen bij een lage bloeddruk bij het gaan staan

Wanneer u een lage bloeddruk krijgt bij het gaan staan, of bij een houdingsverandering van liggen naar zitten, kunt u flauwvallen.

Er zijn een aantal leefregels en adviezen die u kunnen helpen om dit te voorkomen. In de folder 'Lage bloeddruk bij het gaan staan' leest u hiermeer over.

<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/leefregels-en-adviezen-bij-een-lage-bloeddruk-bij-het-gaan-staan>

# Poliklinieken en afdelingen

## Geriatricie

Het specialisme Geriatricie houdt zich bezig met onderzoek en behandeling van kwetsbare oudere mensen, met meerdere aandoeningen tegelijkertijd.

<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/geriatricie>