

Ett fall för (primär)prevention?

Anna Fritzson, distriktsläkare, specialist i allmänmedicin

Habo Vårdcentral



Vårdcentralerna Bra Liv
Region Jönköpings län

Andra aspekter på (primär)prevention än målvärden, risker och läkemedel?

- Patientoro? Störst oro med eller utan behandling?
- Vem är "frisk" och vem är "sjuk"?
- Blir man "sjuk" av att ha mediciner som ska förebygga annan sjukdom?
- När lever patienten sundast – med eller utan läkemedel?
- "Lösningar": Individanpassa? Låt patienten styra? Skynda långsamt?

Fall 1 – Man, 43 år

- Tidigare inga kända sjukdomar
- Söker 2020 för stickningar i bröstet. Blodtryck 160/90. EKG ua.
 - 24H-blodtryck: 144/80 dagtid, 134/73 dygn, 120/63 natt. Vad göra?
- Man väljer expektans, råd kring stress, fysisk aktivitet, ny mätning om 2 år, dvs 2022.
 - 24H-blodtryck: 143/83 dagtid, 138/81 dygn, 130/77 natt. Vad göra?

Fall 1 – Man, 43 år

- Pat kallas in för läkarbesök – träffar mig.
- Hereditet: Pappa hjärtinfarkt i 40-årsåldern. ”Alla” släktingar behandlas för hypertoni. Inga med höga blodfetter som patienten vet.
- Levnadsvanor:
 - Alkohol: 1-2 öl/dag, ibland mer på helger men ”inte alltid”.
 - Tränar på gym i perioder, inte så mycket det sista.
 - Äter en hel del kött men också mycket grönsaker, steker i olja, hustrun är från Spanien så man äter inte så mycket grädde, smör osv
 - Röker eller snusar ej. Dricker en energidryck per dag, inget kaffe.

Fall 1 – Man, 43 år

- Pat mår väl. Inga besvär. Informeras om att han per definition har hypertoni enligt 24h-mätning. Även LDL 6,1.
- Vad göra?

- Framkommer att pat vill undvika läkemedel i möjligaste mån. Har tidigare legat högt i kolesterol och lyckats sänka det med träning (LDL 5,2 → 4,6 kring 2018-19).
- Vad göra?

Fall 1 – Man, 43 år

- Överenskommer om att pat får 3 månader på sig att intensifiera sin träning och därefter nytt 24h-blodtryck + provtagning.

- Februari 2023:

- 24-blodtryck: 146/90 dagtid, 138/84 dygn, 125/75 natt.
- Totalkolesterol 7,7. LDL 6,3. PEth 0,18. I övrigt ua. EKG ua.
- Vad göra?

- April 2023: Pat accepterar läkemedel och får Losartan 50 mg. Efter 3 veckor blodtryck 129/78. Får Atorvastatin 20 mg. Planeras nya prover om 2 månader. Vad ska vi ha för målvärden?

Behandlingsstrategi vid hypertoni				
Blodtryck (mm HG) Andra riskfaktorer, organ- påverkan eller sjukdomar	Högt normalt Systolskt 130–139 eller diastolskt 85–89	Mild (grad 1) Systolskt 140–159 eller diastolskt 90–99	Måttlig (grad 2) Systolskt 160–179 eller diastolskt 100–109	Svår (grad 3) Systolskt ≥180 eller diastolskt ≥110
Inga andra riskfaktorer	Ingen behandling	Livsstilsförändringar 3–6 månader; överväg läkemedel om ej <140/90 mm Hg nås	Livsstilsförändringar 3–6 veckor; ägg till läkemedel om ej <140/90 mm Hg nås	Livsstilsförändringar Sätt snarast in 2 läkemedel
1–2 riskfaktorer	Livsstilsförändringar inga läkemedel	Livsstilsförändringar 3–6 veckor; sedan läkemedel om ej <140/90 mm Hg nås	Livsstilsförändringar 3–6 veckor; ägg till läkemedel om ej <140/90 mm Hg nås	Livsstilsförändringar Sätt snarast in 2 läkemedel
≥3 riskfaktorer	Livsstilsförändringar inga läkemedel	Livsstilsförändringar 3–6 veckor; sedan läkemedel om ej <140/90 mm Hg nås	Livsstilsförändringar Sätt in 2 läkemedel	Livsstilsförändringar Sätt snarast in 2 läkemedel
Organpåverkan, CKD 3 eller diabetes	Livsstilsförändringar inga läkemedel	Livsstilsförändringar Sätt in läkemedel	Livsstilsförändringar Sätt in 2 läkemedel	Livsstilsförändringar Sätt snarast in 2 läkemedel
Manifest hjärt-kärlsjukdom, CKD 4–5 eller diabetes med mikroalbuminuri	Livsstilsförändringar inga läkemedel	Livsstilsförändringar Sätt in läkemedel	Livsstilsförändringar Sätt in 2 läkemedel	Livsstilsförändringar Sätt snarast in 2 läkemedel
Risk för död i hjärt- kärlsjukdom inom 10 år	Låg risk <1%	Måttlig risk 1–4%	Hög risk 5–9%	Mycket hög risk ≥10%

Fall 2 – Kvinna, 62 år

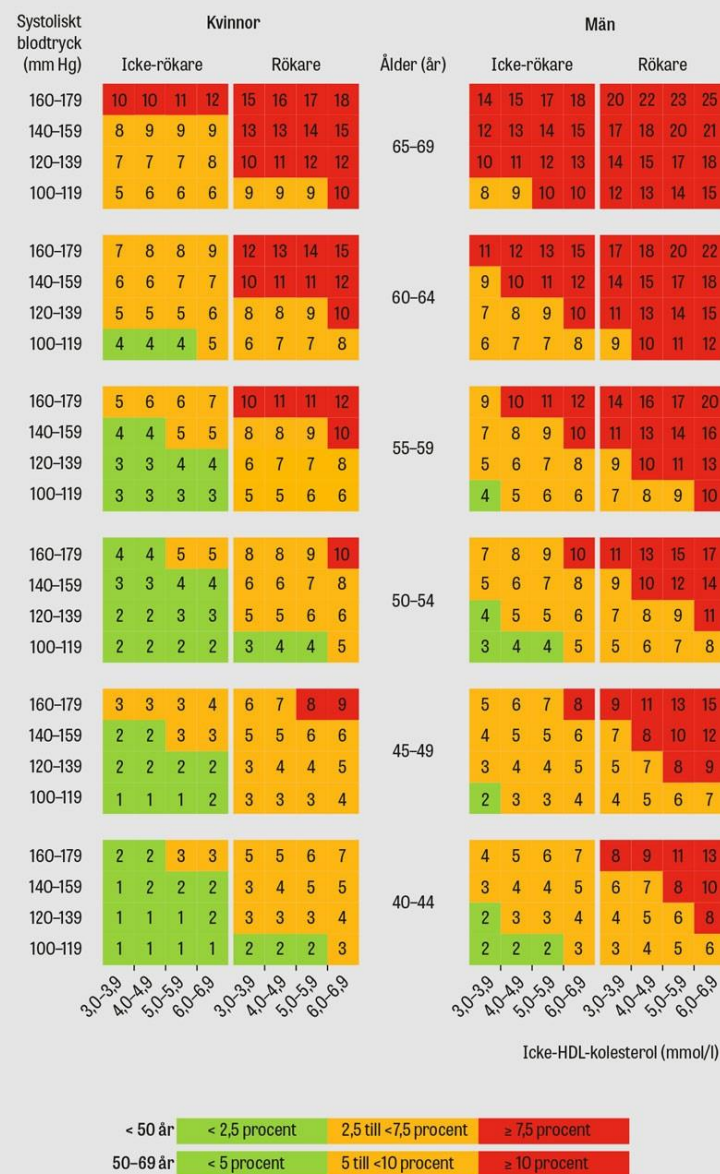
Kommer på uppföljning av gynekologiska besvär - står på Losartan/Hydroklortiazid 50/12,5 mg. Vi passar på att kolla blodtrycket... 160/100 mmHg. Vad göra?

Visar sig att pat gjort 24h-mätning för knappt 2 år sedan: 132/73 dagtid, 125/67 dygn, 116/59 natt. Jag ber pat mäta blodtrycket vid 2-3 tillfällen i vårt "blodtrycksrum". Ber henne också lämna prover (krea, kalium, lipidstatus, HbA1c).

Fall 2 – Kvinna, 62 år

- Blodtryck: 142/77, 141/84
- Totalkolesterol 5,7, LDL 4,2, non-HDL 4,1. HbA1c 39.
- Vad göra?
- Ökar dosen Losartan/Hydroklortiazid till 100/25 mg.
- Råd angående mat och motion, nya lipider om 3 månader, information om att läkemedel för kolesterolvärdena sannolikt blir aktuellt framöver. Vilka råd ger vi angående mat och motion?

FIGUR 1. SCORE2 för skattning av 10-årsrisken för kardiovaskulär händelse



Fall 3 – Man, 65 år

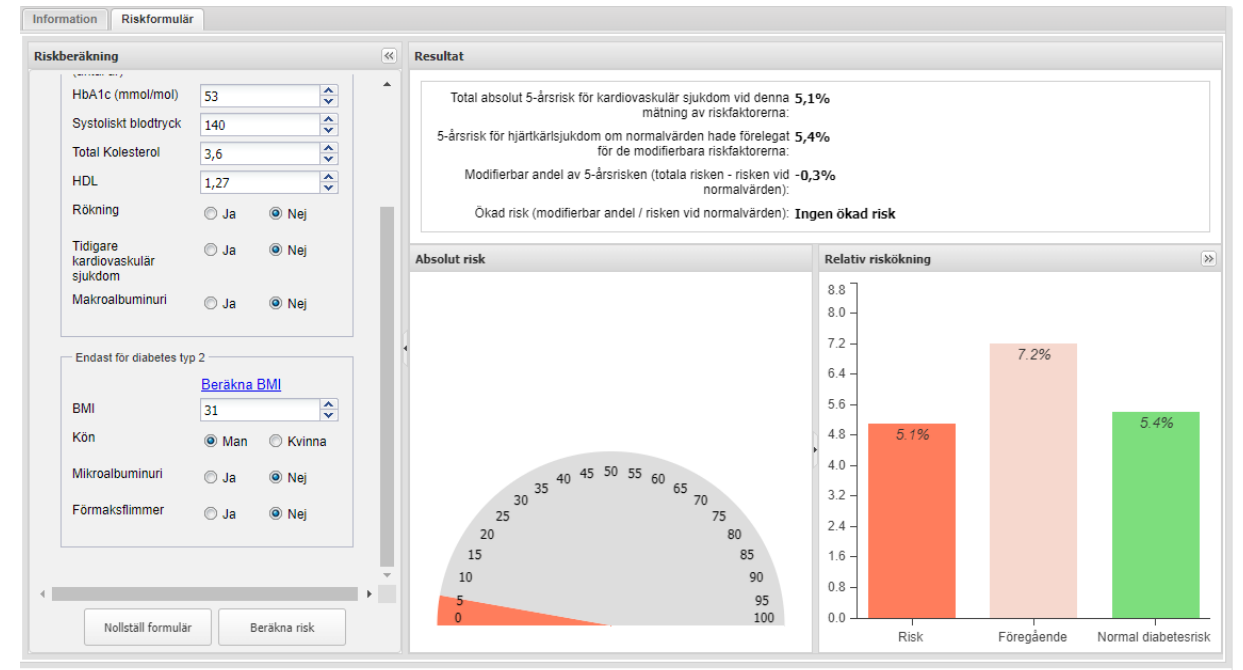
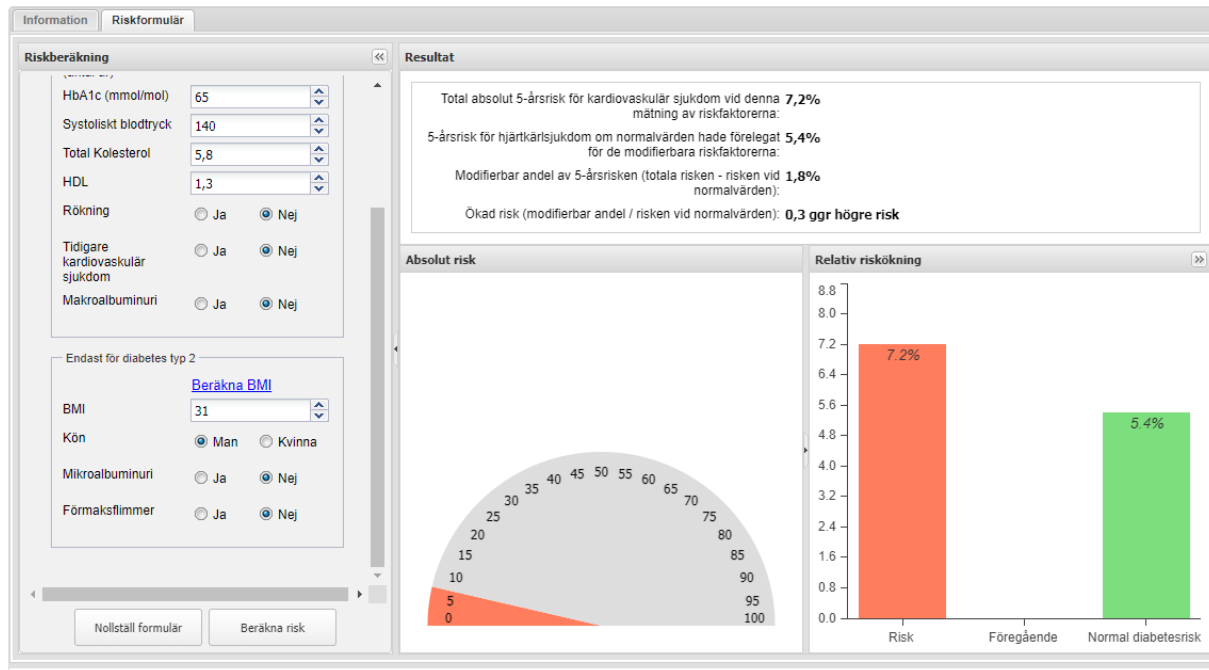
- Kommer på hypertonikontroll, står på Amlodipin 5 mg x1 och Losartan/Hydroklortiazid 100/25 mg.
- Prover inför besök: Normal njurfunktion, ingen mikroalbuminuri. HbA1c 65, fP-glukos 11,5. Kolesterol 5,8, LDL 4,8, HDL 1,3.
- Pat mår väl, inga besvär. Snusar den dosa/dag. Alkohol: 6 öl/vecka. Ingen hereditet. Ingen rökning. Ingen motion, men ”rör sig mycket på jobbet”.
- Blodtryck vid besöket 140/85. BMI 31.
- Vad göra?

Fall 3 – Man, 65 år

- Blodtryck ”ok”, Diagnos diabetes typ 2.
- Info om diabetes, varför vi behandlar, risk för hjärt-kärlsjukdom.
- Levnadsvanor:
 - Vilka råd? I vilken ände ska vi börja?
- Läkemedel:
 - Patienten fortsätter med sina blodtrycksmediciner. Insätter Metformin 500 mg, 1x1 i 2 veckor, därefter 1x2. Atorvastatin 40 mg 1x1 påbörjas om 4 veckor.
- Uppföljning hos diabetessjuksköterska om 1 - 2 månader. Nya prover om 3 månader. Ny årskontroll om 1 år.

Fall 3 – Man, 65 år

- Prover 3 månader senare: HbA1c 53, fP-glukos 7,6. Totalkolesterol 3,6, LDL 2,2. NDRs riskmotor:



Fall 3 – Man, 65 år.

- Ökar Metformin till 500 mg 2x2. Målvärde HbA1c?
 - Klassiskt målvärde <52. Relativt ung, nydebuterad – gärna 46?
- Ev ökning av Atorvastatin senare. Målvärde LDL?
 - LDL 2,5 klassiskt diabetesmålvärde. "Hög risk" pga diabetes + hypertoni motiverar LDL <1,8 som mål (används nog sällan).
- Noterar i journalen att man ev ska försöka få ner blodtrycket ytterligare något vid nästa kontroll, 130/80?