

Mikroverenkierron merkitys aukeaa – USA:n terveystieteiden tutkimuskeskus tehnyt merkittävän raportin

Yhdysvaltain terveystieteiden tutkimuskeskus (National Institutes of Health, NIH), USA:n Sydänytieteiden tutkimuskeskus sekä Aivoerdäntieteen tutkimuskeskus julkaisivat hiljattain raportin (The Journal of the American Heart Association), jossa mittava joukko erikoislääkäreitä arvioi mikroverenkierron ja sen häiriöiden todellisia vaikutuksia terveydelle.

Raportissa pohdittiin usein liian vähälle huomiolle jäänyttä mikroverenkierron vaikutusta sisäelimiin ja kudoksiin, eri sairauksiin ja sitä, miten mikroverenkiertoon liittyvää ymmärrystä voitaisiin hyödyntää esim. sairauksien ennaltaehkäisyssä.

Arvion lopputuloksena todettiin, että mikroverenkierron tehtävä hapen ja ravintoaineiden jakelijana sekä haitallisten aineenvaihduntatuotteiden poiskuljettajana on keskeinen toimintamekanismi, jonka hiipumisella on yhteys usean kroonisen sairauden syntyyn. Erityisesti esiin nousivat vaikutukset diabetekseen, sydän- ja verisuonitauteihin ja dementiaan.

Mikroverenkierto on ihmisen kehon tärkeimpiä toimintoja. Se heikentyy ikääntymisen, väärin elintapojen tai sairauden takia. Krooniset sairaudet alkavat mikroverenkierron häiriöinä jo 5-10 vuotta ennen oireiden puhkeamista. Mikroverenkierron suurta merkitystä ei ole aiemmin täysin ymmärretty.

Myös leikkauksista ja sairauksista toipuminen edistyy huomattavasti nopeammin, jos mikroverenkierto saadaan toimimaan hyvin.

USA:n lääkäritöryhmän koko workshop-aineisto löytyy osoitteesta:

<http://videocast.nih.gov/PastEvents.asp>

Solujen uusiutuminen on kaiken avain

Endoteelisoluista ja mikroverisuonista koostuva kerros verhoaa verisuonten sisäpintaa. Mikroverenkierron tärkeimpiä tehtäviä on kuljettaa soluille happea ja ravinteita. Jos mikroverenkierto ei toimi kunnolla, solut eivät pysty uusiutumaan ja ihminen alkaa voida huonosti ja sairastella.

Raportin mukaan tulehdustilat elimistössä aiheutuvat mm. verenkierron häiriöistä. Esimerkiksi reuma ja tyypin 2 diabetes aiheutuvat pitkäaikaisista tulehdustiloista elimistössä.

Ihmiset saattavat kärsiä erilaisista kipu- tai muista oireista pitkiä aikoja tekemättä niille mitään. Silloin oireisiin ikään kuin tottuu, eikä tule ajatelleeksi, että ne saattavat edeltää vakavaa sairautta. Oireet pitäisi aina tulkita oman terveyden hälytysmerkeiksi.

Fysikaalinen verisuoniterapia tueksi ja ennaltaehkäisyyn

Fysikaalista verisuoniterapiaa voidaan käyttää terveyden edistämiseen ja sairauden tai vamman paranemisen tukemiseen stimuloimalla mikroverenkiertoa. Monet kivusta kärsivät potilaat ovat saaneet avun verisuoniterapiasta. Ennakoivista oireista kärsivät voivat saada ennaltaehkäisevää apua, jolloin vakavampaa sairautta ei välttämättä ilmaannu.

Fysikaalinen verisuoniterapia hoitaa mikroverenkierron häiriöitä ja tukee muita hoitomuotoja.
~~Esimerkiksi fysioterapiaa voidaan tehostaa verisuoniterapian avulla.~~

Lisätiedot ja haastattelut:

Maajohtaja Merja Kämpe, BEMER Nordic, puh. 0400 775 255, merja.kampe@bemernordic.com

Lähde:

Small Blood Vessels: Big Health Problems?

Francesca Bosetti, PharmD, PhD; Zorina S. Galis, PhD; Margaret S. Bynoe, PhD; Marc Charette, PhD; Marilyn J. Cipolla, PhD; Gregory J. del Zoppo, MD; Douglas Gould, PhD; Thomas S. Hatsukami, MD; Teresa L. Z. Jones, MD; James I. Koenig, PhD; Gerard A. Luty, PhD; Christine Maric-Bilkan, PhD; Troy Stevens, PhD; H. Eser Tolunay, PhD; Walter Koroshetz, MD;
on behalf of the "Small Blood Vessels: Big Health Problems" Workshop Participants

Raportin sähköinen versio ja täydellinen lähdeluettelo löytyvät osoitteesta:

<http://jaha.ahajournals.org/content/5/11/e004389>

Liitteet:

- Fysiatri Ulla Rytökosken kommentti mikroverenkierrosta
- Kokemuksia fysikaalisesta verisuoniterapiasta

Mikä mikroverenkierto?

Mikroverenkierto muodostuu kaikkein pienimpien verisuonten tiheästä verkostosta. Siellä tapahtuu noin 74 % verenkierrosta. Mikroverenkierrolla on tärkeä kuljetustehtävä: Se toimittaa kudoksiin ja elimiin happea ja ravinteita, kuljettaa pois kuona-aineita sekä tukee immuunijärjestelmää.