

Doktor Helena Willes

Fråga doktorn!

Fråga Doktorn blev en omedelbar succé. Helena Willes har fullt upp med att besvara frågorna som kommer in. De flesta av er får svar direkt via mailen och vissa frågor av allmänt intresse publiceras också här i tidningen:

Blodtryck som plötsligt stiger

Hur kommer det sig att blodtrycket plötsligt stiger så kraftigt? Jag sökte läkare då jag en längre tid vaknat med huvudvärk och då upptäcktes att mitt blodtryck var för högt. Behandling och regelbundna kontroller har fått ner blodtrycket men plötsligt åkte det upp igen. Jag är duktig på att motionera med styrketräning och promenerar mycket.

Astrid

Du undrar hur blodtrycket kan stiga så snabbt – men oftast stiger det inte alls snabbt, man kan ha förhöjt blodtryck en längre tid utan att man känner något speciellt. När ett högt tryck noteras för första gången görs en undersökning för att utesluta kända orsaker till blodtryckshöjningen – som en kontroll av njurarna som spelar en central roll för blodtrycksregleringen. Stress spelar också en central roll, ett påslag av stresshormoner med ökad hjärtverksamhet är en påminnelse om den tid då det var nödvändigt att fly för att undkomma fara. Du verkar leva ett sunt liv, men bör kontrollera trycket varje månad, och undersöka om du har några andra tillstånd som behöver medicineras.

Helena

Statiner? Är det nödvändigt?

Jag är 62 år gammal och har högt kolesterol. Men jag har ingen hjärt- kärlsjukdom, ingen diabetes och ingen övervikt. Röker inte dricker ingen alkohol. Motionerar varje dag. Trots detta vill min läkare att jag ska äta statiner.

Jag tycker bara att det verkar som om läkemedelsföretagen vill tjäna pengar!

Yvonne

Vad vi vet i dag är att högt kolesterol plus flera andra riskfaktorer kan bidra till hjärt- kärlsjukdomar typ hjärtinfarkt och stroke.

Bland riskfaktorerna finns rökning, diabetes, högt blodtryck, äftlighet (föräldrar som insjuknat i hjärt- kärlsjukdom före 60-65 års ålder), inaktivitet, övervikt. Vi vet inte i dag om det finns flera faktorer som kan vara av avgörande betydelse. I ditt fall nämner du inget om äftlighet, hur högt blodtryck eller hur högt kolesterol du har. Ta en ny kontakt med din läkare, kanske räcker det med halvårs- eller ettårskontroller av blodfetterna.

Helena



Aloe Vera i samband med Arimidex?

Jag är kvinna, 57 år, som undrar om naturmedlet aloe vera. Jag har haft bröstcancer och behandlas nu med Arimidex. Kan jag fortsätta att ta aloe vera tillsammans med Arimidexen? Jag blir förvirrad av allt som skrivs, ena dagen är det jättebra med vissa naturmedel, andra dagar är det livsfarligt. Vad ska man tro?

Ewa

Ja, man bli förvirrad för mindre. Ena dagen är en produkt bra, nästa dag livsfarlig. Ofta är marknadsföringen överdriven och inte alltid helt korrekt. Ibland kan preparaten vara ofarliga och verkningslösa, men det kan också hända att de är hälsofarliga. När det gäller just aloe vera hänvisar jag till www.livsmedelsverket.se där det sammanfattningsvis visat sig att fem olika aloe vera produkter mest innehåller vatten, men få eller inga mineraler och vitaminer. Mitt förslag är: spara in på utgiften för aloe vera, ät allsidig kost, rör på dig och njut av livet.

Helena

Nu har Fråga Doktorn en egen 1,6-adress:
fragadoktorn@1.6miljonerklubben.com

Hälsningar från kansliet:

Den korrekta e-postadressen till 1,6 miljonerklubben är info@1.6miljonerklubben.com

Den ska användas för korrespondens med kansliet. Anmälningar till aktiviteter görs alltid via hemsidans anmälningsförfarande eller per telefon: 08/20 51 59.

Tyvärr kan vi inte ta emot anmälningar via e-post. Vill du nå någon särskild av kansliets medarbetare

använder vi principen:

förnamn@1.6miljonerklubben.com,
t.ex jessica@1.6miljonerklubben.com

Den gamla Swipnet-adressen som vi hade en gång i tiden används inte alls längre, så delete den!

Med tillönskan om en skön sommar,

Frida, Inger, Jessica, Eva, Lina, Gittan, och Irene

