

Posturaal orthostatisch tachycardia syndroom (POTS) in de kijker. "Wil de schuldige nu rechtstaan?"

POTS wordt gedefinieerd als het ontwikkelen van een versnelde hartslag (met meer dan 30 slagen/minuut of naar meer dan 120/minuut) na het rechtstaan en met begeleidende symptomen (zie verder). Hoe vaak POTS voorkomt blijft onbekend, maar vermoedelijk lopen veel patiënten ermee rond zonder dat ze het zelf beseffen. Het gaat dus om een vorm van intolerantie aan rechtstaan, en de oorzaak van POTS ligt (vermoedelijk) bij het autonoom zenuwstelsel.

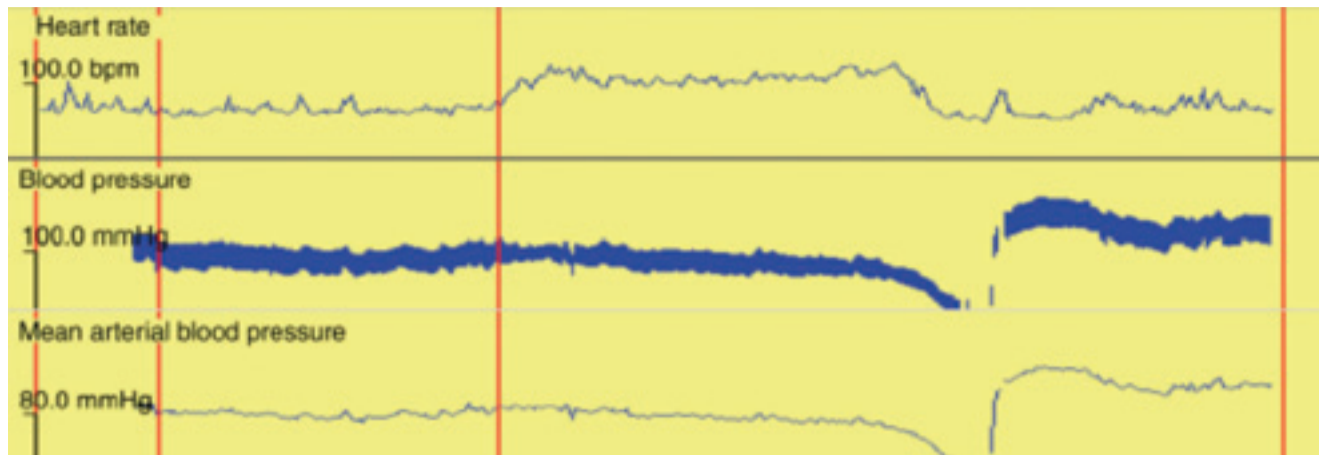


Fig. 3. Typische Tilt tafel test bij patient met POTS

Symptomen van POTS

POTS treft vooral mensen tussen 15 en 50 jaar, en de meerderheid van de patiënten zijn vrouwen. Meestal variëren de klachten in de tijd, zodat er ernstige en minder ernstige periodes zijn. Bij zware periodes kan zelfs dagdagelijkse activiteit bemoeilijkt zijn. De voornaamste klachten zijn :

- ▶ Bij het rechtstaan : duizeligheid, hartkloppingen, zwaartegevoel in de benen, kortademigheid.
- ▶ Uitgesproken verergeren van de klachten bij inspanningen of bij warm weer.
- ▶ Algemene vermoeidheid en lage energie. Ook lange recuperatieduur na uitvoeren van inspanningen.

POTS wordt ook frequent vastgesteld bij mensen met chronisch vermoeidheidssyndroom.

Hoe stellen we de diagnose van POTS ?

Bij een Tilt tafel test wordt de patiënt op een tafel gelegd in een hoek van 70° en wordt continu hartritme en bloeddruk gemeten. Zoals eerder vermeld dient de

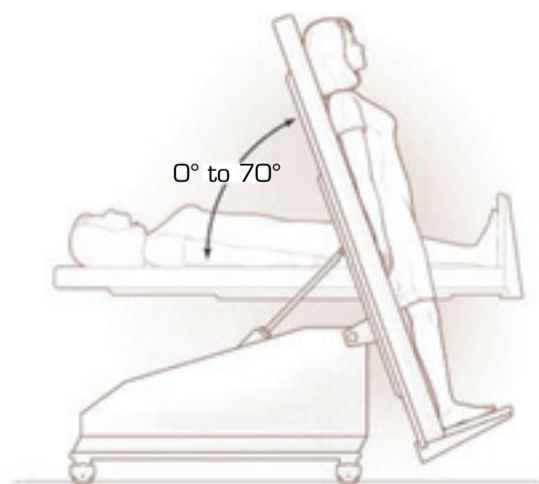


Fig. 2. Tilt tafel test

hartslag met meer dan 30 slagen/min of tot meer dan 120/min te stijgen om te spreken van POTS.

Therapie van POTS

De therapie van POTS is niet eenvoudig, en de patiënt dient eerst en vooral goed op de hoogte zijn van de oorzaken van de ziekte, zodat de levensstijl hier ook kan aan aangepast worden.

1. Niet farmacologische maatregelen

- ▶ Zorgen voor voldoende vocht- en zoutinname is meestal een eerste stap om zoveel mogelijk aanvallen en symptomen te voorkomen. Het is bewezen dat voldoende water- en zoutinname de symptomen kunnen verminderen.
- ▶ Een aangepast trainingsprogramma met focus op onderste ledematen training ter verbetering van de veneuze retour naar het hart.

2. Medicamenteuze aanpak

- ▶ Corticosteroiden (bv. Fludrocortisone). Deze preparaten bevorderen het vasthouden van zout en water door het lichaam.
- ▶ Medicamenten die de hartslag vertragen (zoals betablokkers en het nieuwe preparaat Ivabradine)
- ▶ Hormoontherapie (Octreotide)

Besluit

Posturaal orthostatisch tachycardia syndroom is een ziekte gekenmerkt door ontwikkelen van snelle hartslag bij rechtstaan. Daarnaast zijn de meest frequente symptomen duizeligheid, zwakte en moeheid. Tilt tafel testing vormt de hoeksteen van de diagnosestelling.

De behandeling bestaat naast voldoende water- en zoutinname soms ook uit medicamenten die in de meerderheid van de gevallen de symptomen adequaat kunnen onderdrukken.

Dr. Peter Pollet

Heilig Hart Ziekenhuis Roeselare

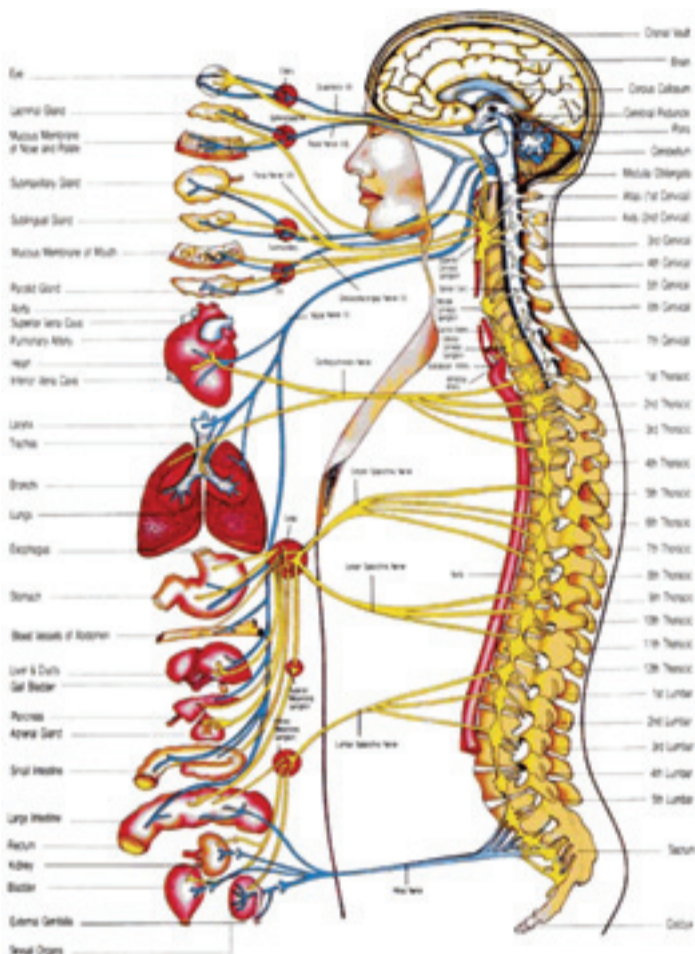


Fig. 1. Het autonoom zenuwstelsel

Het autonoom zenuwstelsel (ANS)

Het ANS is dat deel van het zenuwstelsel dat de functies van de inwendige organen zoals hart, bloedvaten, maag etc... controleert. Zo zorgt het ANS o.a. voor een aangepaste reactie van hart en bloedvaten bij het rechtstaan.

Als een persoon rechtstaat, gaat ongeveer een halve liter bloed uitzakken naar de benen. Als het ANS daar niet op zou reageren, kan dit resulteren in duizeligheid en zelfs flauwvallen.

Het ANS gaat echter bij rechtstaan het hartdebiet verhogen, en de weerstand van de bloedvaten doen stijgen, zodat de gevolgen van plots rechtstaan in principe niet gevoeld worden.

POTS is een uiting van een verminderde werking van het ANS, zodat patiënten met POTS slecht reageren op rechtstaan.