

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Nadciśnienie białego fartucha

Wydaje się, że nie ma nic prostszego, jak zmierzyć ciśnienie tętnicze u małego dziecka - ale jest duże ryzyko, że rozpoznamy u niego tzw. nadciśnienie białego fartucha - twierdzi prof. Mieczysław Litwin. Zdarza się ono tym częściej, im dziecko jest młodsze.

**PAP:** Z badań wynika, że nawet u noworodków zdarza się nadciśnienie tętnicze krwi, choć bardzo rzadko – jedynie u 0,3 proc. maluchów. U dojrzewających chłopców w wieku 18 lat to już częste przypadki. W Warszawie aż 16,2 proc. z nich wykazuje zbyt wysokie ciśnienie krwi. Problemem jest jednak samo badanie ciśnienia tętniczego u małych dzieci. Jest to w ogóle możliwe?

**Prof. Mieczysław Litwin, prezes Polskiego Towarzystwa Nadciśnienia Tętniczego, Klinika Nefrologii, Transplantacji Nerek i Nadciśnienia Tętniczego Instytut „Pomnik-Centrum Zdrowia Dziecka”:** Wydaje się, że nie ma nic prostszego, jak zmierzyć ciśnienie tętnicze u noworodka, niemowlęcia czy małego dziecka. Tylko że z dużym prawdopodobieństwem rozpoznamy wtedy właśnie nadciśnienie. Dlatego w zaleceniach pediatrycznych nie ma wskazań wykonywania pomiaru ciśnienia tętniczego u zdrowych dzieci do trzeciego roku życia.

**PAP:** Z czego to wynika?

**Prof. M.L.:** Jest to związane z tzw. nadciśnieniem białego fartucha, gdy z powodu stresu ciśnienie krwi jest podwyższone w gabinecie lekarskim, lecz prawidłowe na przykład w warunkach domowych. Ryzyko takiej sytuacji przy pomiarze ciśnienia u małego dziecka przekracza nawet 50 proc. Wskazują na to badania, jakie przed 10 laty przeprowadziliśmy w całej Polsce. Wynika z nich, że im dziecko młodsze, tym częściej zdarza się nadciśnienie białego fartucha. Wizyta w gabinecie lekarskim jest silnie stresująca, dziecko się rusza i krzyczy, a to wszystko wpływa na odczyt ciśnienia.

**PAP:** To kiedy możemy i powinniśmy mierzyć ciśnienie tętnicze u małego dziecka?

**Prof. M.L.:** Zawsze wtedy, gdy ma ono różnego rodzaju obciążenia i jest chore, na przykład z wadami wrodzonymi czy chorobami nerek. U zdrowych dzieci należy mierzyć ciśnienie dopiero po ukończeniu trzeciego roku życia. Wtedy jest większa szansa na uniknięcia pułapki fałszywego wykrycia u dziecka nadciśnienia, bo trudno będzie z niej wyjść. Podczas wizyty lekarskiej nadal może być ono mocno zestresowane, co zafałszowuje wynik badania. Podważenie rozpoznania nadciśnienia w tych przypadkach jest trudne, bo u małych dzieci nie zakładamy pomiaru całodobowego, i taka sytuacja może trwać nawet wiele miesięcy.

**PAP:** A jak jest u nastolatków? Syndrom białego fartucha u nich nie występuje?

**Prof. M.L.:** Może występować. Z naszych badań wynika, że od 30 do 40 proc. nastolatków wykazuje nadciśnienie białego fartucha. Jest ono jednak na ogół łagodne. Poza tym w tym wieku jest możliwość monitorowania ciśnienia tętniczego przez całą dobę, w różnych sytuacjach, w dzień jak i w nocy. Można też samemu mierzyć ciśnienie w warunkach domowych. Są wytyczne instruuujące, jak należy to robić.

**PAP:** Nadciśnienie tętnicze nie jest zbyt dużym zagrożeniem zdrowotnym dla dzieci i młodzieży. Z polskich badań wynika, że występuje ono u 3-5 proc. dzieci do osiemnastego roku życia. Ale te badania są już dość przestarzałe, sięgają wielu lat wstecz. Tymczasem coraz więcej nastolatków ma nadwagę i otyłość oraz choruje na cukrzycę, a to zwiększa ryzyko nadciśnienia tętniczego, które dla zdrowia, szczególnie tak młodego organizmu, może być katastrofalne.

**Prof. M.L.:** Na nadciśnienie pierwotne wpływa wiele czynników. Pozytywna wiadomość jest jednak taka, że na ciśnienie tętnicze bardzo korzystnie wpływa wysiłek fizyczny, który można połączyć na przykład z uprawianiem sportu. Pomocna jest też zmiana diety i ograniczenie spożycia soli. Mamy zatem dużą skuteczność tego co nazywamy leczeniem nefarmakologicznym. A sytuacja ta jest jeszcze o tyle korzystna, że w organizmie młodego człowieka nie ma jeszcze zmian wtórnych, których odpowiednim postępowaniem możemy uniknąć.

**PAP:** Czy to ochroni przed rozwojem nadciśnienia w wieku dorosłym, na przykład za 20-30 lat?

**Prof. M.L.:** Tego nie wiemy. Ale możemy obniżyć ciśnienie na 10-20 lat i przynajmniej opóźnić wystąpienie choroby. Wskazują na to badanie jakie przeprowadzono w USA u tzw. młodych dorosłych w wieku 20-35 lat. Nadciśnienie tętnicze to w dużej mierze choroba stylu życia. Nie każdy musi mieć nadciśnienie, ale trzeba o to zadbać. Sam jestem tego przykładem. Rozwinęło się u mnie nadciśnienie, ale od

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/32768.html>



12-05-2026

## [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości](#)

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

## [Kleszcz to tylko pośrednik](#)

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

## Jak rower zmienił świat

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

## Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

## Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

## Norowirusy - biegunka brudnych rąk

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

## Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

## Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

**Informacje dnia:** [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

**Partnerzy**