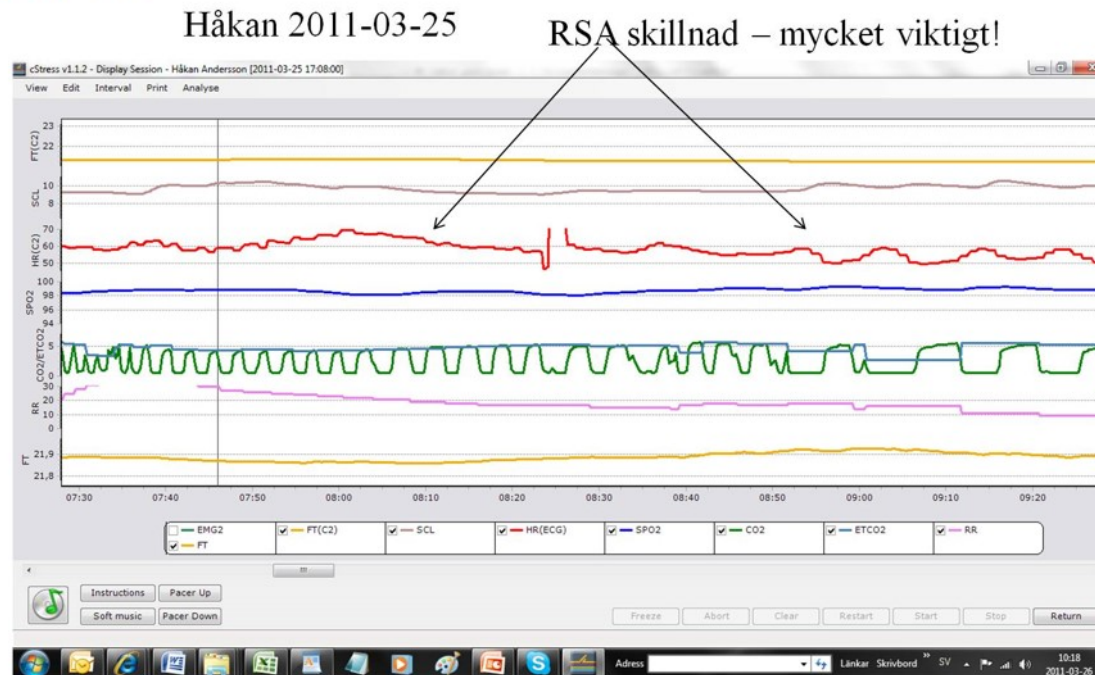


Man 40 år: En timmes besök räckte för egen normalisering av höga blodtryck

1. Hälsotest vid primärvård (HC) visade högt blodtryck ≥ 150 mm Hg / 90 mm Hg.
2. Han gör 1 timmes besök vid vårt lab 2 veckor senare; (i) **stressografi** psyko-fysiologisk analys, (ii) **fick info om resultat** och (iii) **testa sin kapacitet** att sänka sitt blodtryck – som han sedan välmotiverad använde själv!
3. Efter 3 månader kallades han till HC för att få läkemedel, vilket han frånsade sig. “Hmmm, du kan få stroke!” Mannen vägrade och sade “Jag kan hantera detta själv” “Hmmm, vi mäter ditt tryck ..” Data var bra, “hmmm vi mäter igen” = data bra... ”mäter igen” = data ändå bättre.... Huvudskakning ... Efter 3 år rapporterar han $<130/<80$

OBS läkaren använder sina kunskaper och riktlinjer. Så hans reaktion är inte skolmedicinskt fel men i verkligheten beroende på brist – kunskap och relaterad praktik



OBS att ovan kan ske när stress & autonoma nervsystemet utgör dominerande skäl – andra biopsykosociala system inverkar alltid (Mg och D-vitamin OBS särskilt)