



STILLER KILLER BLUTHOCHDRUCK - TUN SIE WAS DAGEGEN!

Veröffentlicht am 16.05.2022 um 11:58 von Redaktion Stodo.NEWS

Am 17. Mai ist Welt-Hypertonie Tag. Er ist alles andere als harmlos, wird stiller Killer genannt und rund ein Drittel aller Bundesbürger haben mit ihm zu kämpfen: Der Bluthochdruck, im Fachjargon Hypertonie genannt.

Man spürt ihn nicht oder kaum, die Beschwerden sind diffus, aber die Folgeerkrankungen gravierend. Der Welt-Hypertonie Tag am 17. Mai macht darauf aufmerksam an diese Erkrankung zu denken und den eigenen Blutdruck zu checken.

Hypertonie bedeutet dauerhaft erhöhter Blutdruck.

Blutdruck ist die Kraft, mit der das Blut, dass durch die Adern fließt gegen die Gefäßwand drückt. Es wird gemessen, mit welcher Kraft es beim Herzschlag und Zusammenziehen der Gefäßwand gepumpt wird (systolischer BD, der oberer Wert) und wie die Gefäßwand nach dem Herzschlag wieder entspannt (diastolischer BD, der untere Wert). Hypertonie oder Bluthochdruck liegt vor, wenn der Blutdruckdauerhaft zu hoch ist, wobei dieser durchaus auch schwanken darf. Was ist aber nun normal und wann spricht man von zu hohem Blutdruck? 120/80 mmHg Quecksilbersäule sollte ein guter Blutdruck optimalerweise messen – alle Werte darüber gelten in Deutschland als erhöht, ab 140 mmHg als Bluthochdruck oder Hypertonie. Andere Länder sind mit dieser Definition sogar noch strenger und betrachten alles über 130 mmHG als gefährlich. Hypertonie ist weltweit die Hauptursache für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und vorzeitigen Tod und erhöht das Risiko von Herz-, Gehirn-, Nieren- und anderen Krankheiten erheblich. Schätzungsweise jeder 3. Erwachsene weltweit ist von dieser Erkrankung betroffen.

Bluthochdruck ist mit Lebensstil-Änderung und Medikamenten behandelbar

Schon eine Änderung des Lebensstils (Gewichtsreduktion, möglichst Verzicht auf Alkohol- und Zigarettenkonsum, salzarme Ernährung, mehr Sport) sowie eine individuelle Einstellung mit blutdrucksenkenden Medikamenten kann eine Senkung des Blutdrucks bewirken. Besonders wichtig zu wissen: Mit jeder Senkung des Blutdrucks um 10 mmHg verringert sich das Risiko eines schlimmen Herz-Kreislauf-Vorfalles um 20 %, das Risiko einer Herzinsuffizienz um 28 % und das Risiko eines Schlaganfalls um 27 %.

Allerdings haben von den behandelten Bluthochdruckpatienten rund 10-15 % einen resistenten Bluthochdruck, d. h. die Patienten, die bekommen ihre Werte trotz der Behandlung mit drei oder mehr Medikamenten nicht in den Griff.

Kleiner Eingriff mit Ultraschallkatheter möglich

Wenn alle gängigen Mittel nicht helfen – oder die Patienten die Medikamente nicht vertragen – können verschiedene minimal-invasive Methoden angewendet werden, um chronischen Bluthochdruck zu behandeln. Prof. Dr. med. Joachim Weil, Chefarzt der [Klinik für Kardiologie und Angiologie](#) an den Sana Kliniken Lübeck und Vorstandsmitglied der [Deutschen](#)



Prof. Dr. med. Joachim Weil, Chefarzt der Klinik für Kardiologie und Angiologie an den Sana Kliniken Lübeck. / Foto: Sana Kliniken Lübeck

[Hochdruckliga](#) ist international anerkannter Experte auf dem Gebiet der sogenannten Renalen Denervation: „Mein Team der Studienzentrale und meine Kollegen auf den Stationen der Sana Kliniken Lübeck kümmern sich um Patienten mit Bluthochdruck. Neben der Therapie der arteriellen Hypertonie steht die Suche nach den Ursachen und den möglichen Folgen im Zentrum unserer klinischen Tätigkeit. Unsere Studien ermöglichen es darüber hinaus, unseren Patienten neue, innovative Therapiealternativen anzubieten“ erklärt Weil. Eine dieser Alternativen ist die renale Denervierung mit Ultraschall (uRDN). Dabei werden in einem kleinen Eingriff durch die Leistenarterie, die überaktiven Nerven rund um die Nierenarterie mit einem Ultraschall-Katheter deaktiviert, so dass diese keine Blutdruck erhöhenden Signale mehr zum Gehirn leiten können.

Der Blutdruckexperte, Prof. Joachim Weil, appelliert anlässlich des Welt-Hypertonie-Tages „Geben Sie der Hypertonie keine Chance! Messen Sie Ihren Blutdruck regelmäßig selbst oder lassen diesen bei Ihrem Hausarzt kontrollieren. Auch viele Apotheken bieten diesen Service mittlerweile an. Leider wissen noch zu wenige Menschen, wie fatal lange anhaltend zu hoher Blutdruck sein kann. Die daraus häufig resultierende Herzschwäche wird deshalb häufig viel zu spät diagnostiziert. Das ist leider besonders fatal, weil man vorab selbst vieles tun kann, eine Behandlung im Frühstadium dieser Krankheit besonders effektiv ist und damit die Lebensqualität und die Lebenserwartung deutlich verbessert werden kann.“