

Hypertonie Stand 10/2012

Was ist Hypertonie?

Hypertonie bezeichnet einen erhöhten Druck im Gefäßsystem. Ein ständig erhöhter Druck auf die Gefäßwände kann längerfristig zu ernsthaften Organschäden führen (Herz, Niere, Gehirn, Hauptschlagader).

In über 90 % der Fälle ist der Blutdruck aus nicht bekannten Gründen erhöht. Ca. 10 % sind Folge einer Organerkrankung v.a. Folgen einer Nierenerkrankung. Der Blutdruck steigt mit dem Alter. 50% der Menschen über 60 Jahre leiden an einer Hypertonie

Welche Blutdruck-Werte sind normal?

- ▶ das Herz pumpt pro Minute ca. 60-80x Blut in den Körper, messbar als Puls
- ▶ Systole = Zusammenziehen des Herzmuskels => das Blut wird in den Körper gepumpt
- ▶ Diastole = Entspannung des Herzmuskels => der Blutdruck wird durch die Gefäße aufrecht erhalten

	Systole	Diastole
normal	120	70-85 mmHg
noch normal	130-139	85-89 mmHg
erhöht	> 140	>90 mmHg

Welche Symptome verursacht eine Hypertonie?

Eine Hypertonie bewirkt lange Zeit keine Beschwerden. Im angloamerikanischen Raum wird die Erkrankung deswegen auch als „silent killer“ bezeichnet. Erst bei schwerer Hypertonie können Symptome auftreten.

- Kopfschmerzen
- Brustschmerzen
- starker Harndrang
- Schwindel
- Impotenz
- Schlaflosigkeit

Welche Untersuchungen sind erforderlich?

Zur Diagnosesicherung ist die Erstellung eines Blutdruckprotokolls erforderlich. Es erfolgt eine Basisuntersuchung mit körperlicher Untersuchung sowie Labor- und Urinuntersuchungen, um eine evtl. auslösende Grund –oder Folgerkrankung festzustellen. An apparativen Untersuchungen erfolgen ein EKG sowie eine Ultraschalluntersuchung (Echokardiographie) des Herzens.

Wie wird der Blutdruck korrekt gemessen?

Hypertoniebehandlung ist eine Dauerbehandlung. Zur erfolgreichen Behandlung ist eine regelmäßige Blutdruckselbstmessung und -protokollierung erforderlich. Der Blutdruck sollte 2 x täglich um 8.00 und 19.00 Uhr jeweils vor den Medikamenten gemessen werden.

- Vor der Messung 3-4 min. Ruhe
Messung am Arm mit dem höheren Wert.
- Manschette bis ca. 30 mmHg über dem oberen Wert aufpumpen.
- Druck langsam um 2-3 mmHg / Sek. ablassen.

Welche Behandlung ist erforderlich?

- Gewichtsreduktion (pro kg Körpergewicht Absenkung Systole 2 mmHg, Diastole 1 mmHG)
- Rauchverzicht leichtes Ausdauertraining
- Stressreduktion Reduktion des Kochsalz u.-Alkoholkonsums
- regelmäßige Medikamenteneinnahme (max. Wirkung der antihypertensiven Medikation erst nach ca. 6 Wochen.
- Bei schwer einstellbarem Hochdruck (unzureichende Einstellung unter >3 Medikamenten) Diskussion der renalen Denervation=Katheterablationsverfahren im Bereich der Nierenarterien)

Aktuelle Diskussion :

Derzeit Überarbeitung der seit 2008 gültigen Leitlinien. Tendenziell sollen zu niedrige Blutdruckwerte (<120/<70 mmHg) vermieden werden. Für Ältere (>80 J.) werden systolisch höhere Werte bis 150 mmHg akzeptiert.

Weitere Informationen über Hypertonie:

Deutsche Hochdruckliga
Berliner Str. 46 Tel. 0 62 21 / 41 17 7
69120 Heidelberg Fax. 0 62 21 / 40 22 74
www.hochdruckliga.de
Hochdruckliga@t-online.de

Herzstiftung e.V.
Berliner Str. 50, 60322 Frankfurt/ Main
Telefon: 069-955128-0
Telefax: 069-955128-313
www.herzstiftung.de
info@herzstiftung.de

Ihre behandelnden Kardiologen

Dr.s. Dereli

Dr. U. Rüdell

