

Presseinformation

Bluthochdruck: Durch Früherkennung Folgeschäden vermeiden

Der diesjährige Weltgesundheitstag am 7. April 2013 steht unter dem Motto „Achte auf deinen Blutdruck – Senke dein Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko“. Die Weltgesundheitsorganisation bezeichnet Bluthochdruck als die am weitesten verbreitete vermeidbare Krankheit der Welt: Weltweit ist jeder dritte Erwachsene von erhöhtem Blutdruck betroffen. Im Spätstadium kann Bluthochdruck neben einem erhöhten Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko auch zu einem chronischen Nierenversagen führen. Durch rechtzeitige Vorsorge und Früherkennung können Folgeschäden an den Organen vermieden werden.

Dr. Josef Wopperer hat sich auf die Vorbeugung und Behandlung von Nierenerkrankungen spezialisiert. Als leitender Arzt des KfH-Nierenzentrums Neumarkt weiß er, wie wichtig das rechtzeitige Erkennen von Bluthochdruck für die Gesundheit der Nieren ist.

Was ist Bluthochdruck?

Hypertonie – so lautet der Fachbegriff für Bluthochdruck – ist eine Erkrankung bei der die Blutdruckwerte dauerhaft erhöht sind. Hypertonie allein verursacht in der Regel keine Beschwerden und wird daher meist ‚zufällig‘ bei Routineuntersuchungen festgestellt. Da aber langfristig Organe wie Herz und Nieren Schaden nehmen können, sind regelmäßige Früherkennungsuntersuchungen besonders wichtig.

Ab wann ist der Blutdruck zu hoch?

Als normaler Blutdruck gelten beim Erwachsenen Werte bis zu 139 mmHG für den oberen und bis 89 mmHG für den unteren Wert. (Von einem optimalen Blutdruck spricht man allerdings bei Werten um 120 / 80 mmHg.) Ab einem Wert von 140 / 90 mmHG liegt eine Hypertonie vor. Dabei reicht es aus, wenn nur einer der beiden Werte überschritten wird.

Woher kommt Bluthochdruck?

Oft sind keine unmittelbaren Auslöser für den Bluthochdruck erkennbar. Wir wissen aber, dass bei etwa 5 von 100 Patienten entweder Nierenerkrankungen,

Hormonstörungen oder medikamentöse Einflüsse den hohen Blutdruck verursachen. Außerdem können bestimmte Faktoren, wie zum Beispiel Übergewicht, mangelnde Bewegung oder Rauchen, einen Bluthochdruck begünstigen. Besonders übergewichtige und ältere Menschen reagieren zudem bei einer erhöhten Salzzufuhr mit einem Anstieg des Blutdrucks. Stressempfinden hingegen spielt nur in Einzelfällen eine Rolle, auch wenn fast jeder im Urlaub einen etwas niedrigeren Blutdruck hat als im normalen Alltag.

Kann man selbst etwas für seinen Blutdruck tun?

Ja, den Verlauf einer Hochdruckerkrankung kann man selbst positiv beeinflussen. Bei Personen mit starkem Übergewicht sinkt zum Beispiel mit einer Gewichtsabnahme der Blutdruck meist deutlich. Auch mit dem Rauchen aufzuhören, wirkt sich positiv aus. Außerdem hilft regelmäßiger Sport bei der Behandlung eines Bluthochdrucks.

Wenn das nicht hilft, gibt es auch noch weitere Möglichkeiten, den Bluthochdruck in den Griff zu bekommen?

Wenn man durch eine Verhaltensumstellung keine Senkung des Blutdrucks erreicht, können Medikamente helfen. Es gibt zahlreiche gut verträgliche Präparate, die den Blutdruck verlässlich senken. Einige führen zu einer Weitstellung der Blutgefäße, andere erhöhen die Salzausscheidung über die Nieren und wiederum andere verlangsamen den Puls. Der behandelnde Arzt verschreibt Ihnen geeignete Medikamente, die auf Ihren persönlichen Bedarf abgestimmt sind.

Worauf sollte man besonders achten, wenn Bluthochdruck festgestellt wurde?

Wichtig ist, die verordneten Medikamente regelmäßig einzunehmen und den Blutdruck weiterhin regelmäßig zu kontrollieren. Bei Bluthochdruck-Patienten empfiehlt sich zudem, den Urin auf Eiweiß zu testen. Spätestens bei einem Eiweiß-Befund im Urin sollte ein Nierenspezialist zu Rate gezogen werden.

Weitere Informationen zum Bluthochdruck finden Sie in der Broschüre „Bluthochdruck. Werte senken – Nieren schützen“, die Sie im KfH-Nierenzentrum Neumarkt erhalten oder per Telefon unter 09181/4694-27, per Fax unter 09181/4694-22 oder per Mail unter neumarkt@kfh-dialyse.de bestellen können. Gleiches gilt für die Broschüre „Salz. Bewusst ernähren“, in der nützliche Tipps für eine salzarme, aber variantenreiche Ernährung enthalten sind.

Zur Person:

Dr. med. Josef Wopperer ist Facharzt für Innere Medizin mit Schwerpunkt Nephrologie im KfH-Nierenzentrum Neumarkt, d.h. er verfügt über eine breite internistische Ausbildung und ist zudem Spezialist für Nieren- und Hochdruckerkrankungen.



Bild: Dr. med. Josef Wopperer, leitender Arzt im KfH-Nierenzentrum Neumarkt, ist als Facharzt für Innere Medizin mit Schwerpunkt Nephrologie ein Spezialist für Nieren- und Hochdruckerkrankungen.

Im KfH-Nierenzentrum Neumarkt werden zum einen in der nephrologischen Sprechstunde die Diagnostik und Therapie chronischer Nierenerkrankungen, das frühzeitige Erkennen von Risikofaktoren sowie die Versorgung der Patienten vor und nach einer Nierentransplantation sichergestellt. Zum anderen werden nierenkranke Patienten mit der Dialyse behandelt. Träger des KfH-Nierenzentrums Neumarkt ist das gemeinnützige KfH mit bundesweit mehr als 200 Behandlungseinrichtungen, 75 davon in Bayern.

Neumarkt / Neu-Isenburg, April 2013

Ansprechpartner für die Presse:

Dr. med. Josef Wopperer (Leitender Arzt)
KfH-Nierenzentrum Neumarkt
Dr.-Kurz-Straße 51 · 92318 Neumarkt
Telefon: 09181/46940 · Fax: 09181/469428
www.kfh.de/neumarkt