



39. Wissenschaftlicher Kongress der Deutschen Hochdruckliga e. V. DHL® - Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention, 19. bis 21. November 2015 in Saarbrücken

**Bluthochdruck früh erkennen, rechtzeitig behandeln und Folgeschäden vermeiden
30-50-80-Regel der Deutschen Hochdruckliga durch US-Leitlinie bestätigt**

Heidelberg/Saarbrücken, Oktober 2015 – 30 – 50 – 80: Jeder Mensch über 30 Jahre sollte seinen Blutdruck kennen, bei allen über 50-Jährigen sollte ein zu hoher Blutdruck richtig eingestellt sein, um im Alter von 80 Jahren Behinderungen durch Folgekrankheiten wie Schlaganfall oder Herzinfarkt zu vermeiden. Mit diesem Motto will die Deutsche Hochdruckliga (DHL®) die Versorgung von Menschen mit Bluthochdruck verbessern und unnötiges Leid verhindern. Neue US-Leitlinien zur Früherkennung von Bluthochdruck bestätigen jetzt den Kurs der DHL: Bereits junge Menschen sollten für die Volkskrankheit Bluthochdruck sensibilisiert werden. Auf dem 39. Wissenschaftlichen Kongress der Deutschen Hochdruckliga e.V. DHL® - Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention vom 19. bis 21. November 2015 in Saarbrücken diskutieren Experten, wie durch Aufklärung und Vorsorge, Medikamente und neue Therapien, Bluthochdruckpatienten optimale Behandlung erfahren.

In Deutschland haben 20 bis 30 Millionen Menschen, also fast jeder dritte, einen zu hohen Blutdruck. Die Störung beginnt meist im mittleren Lebensalter, infolge von Übergewicht und Bewegungsmangel jedoch immer früher. Doch die Betroffenen merken davon nichts: „Da ein hoher Blutdruck in der Regel keine Beschwerden verursacht, ist eine regelmäßige Kontrolle der einzige Weg, die Hochdruckkrankheit rechtzeitig zu erkennen“, sagt der DHL®-Vorstandsvorsitzende Professor Dr. med. Martin Hausberg aus Karlsruhe. „Wir stimmen mit der U.S. Preventive Services Task Force darin überein, dass Menschen bereits im jungen und mittleren Lebensalter häufiger zum Blutdruckmessgerät greifen sollten“, fügt der Experte hinzu, der am Städtischen Klinikum Karlsruhe die Medizinische Klinik I für Allgemeine Innere Medizin, Nephrologie, Rheumatologie und Pneumologie leitet.

Die U.S. Preventive Services Task Force, ein vom Gesundheitsministerium eingesetztes Expertengremium, empfiehlt Erwachsenen ab dem 18. Lebensjahr, alle drei bis fünf Jahre den Blutdruck kontrollieren zu lassen. Ab dem 40. Lebensjahr sollten dann jährliche Kontrollen erfolgen. Dies gilt auch für jüngere Menschen, wenn sie übergewichtig und fettleibig sind oder wenn bereits ein leicht erhöhter Blutdruck diagnostiziert wurde. Ein leicht



erhöhter Blutdruck liegt vor, wenn der obere systolische Wert zwischen 130 und 139 mm Hg und der untere diastolische Blutdruck zwischen 85 und 89 mm Hg liegt. „Bluthochdruck kann ganz unterschiedliche Ursachen haben von Übergewicht bis hin zu Atemstörungen im Schlaf“, sagt Professor Hausberg. Es sei keine Erkrankung, die nur Menschen höheren Lebensalters betreffe. Für die Durchführung des Screenings spricht die DHL® ebenso klare Empfehlungen aus wie das US-Gremium: Der Blutdruck-Check sollte im Sitzen am ausgeruhten Patienten erfolgen. „Eine Messung zwischen Tür und Angel ergibt keine verlässlichen Werte“, bestätigt Professor Hausberg: „Emotionale Aufregung und körperliche Anstrengungen erhöhen den Blutdruck, was eine natürliche Reaktion ist und keinen Krankheitswert hat.“ Deshalb gilt: Der Patient sollte sich bereits länger als fünf Minuten in der Praxis befinden und es sollten immer zwei Messungen im Abstand von fünf Minuten erfolgen. Wenn der Mittelwert über 140/90 mm Hg liegt, besteht der Verdacht auf eine arterielle Hypertonie, wie Mediziner die Hochdruckerkrankung nennen.

Lässt sich der Hochdruck während eines Jahres nicht durch mehr Bewegung, Abnehmen und den Verzicht auf Zigaretten senken, müssen Medikamente helfen. „Spätestens mit 50 Jahren sollte ein erhöhter Blutdruck stets kontrolliert und bei Bedarf gesenkt werden“, sagt Professor Dr. med. Michael Böhm, Präsident des diesjährigen Kongresses der DHL®. Denn ein hoher Blutdruck belastet das Herz, die Nieren und schädigt die Gefäße. Die Hälfte aller Schlaganfälle und Herzinfarkte könnten durch eine frühzeitige Senkung des Blutdrucks verhindert werden. Schäden an den Organen und Gefäßen sind nicht umkehrbar. „Bleiben Lebensstiländerungen und Medikamente ohne Erfolg, kann ein interventioneller Eingriff eine Option für Bluthochdruck-Patienten sein“, fügt der Direktor der Klinik Innere Medizin III am Universitätsklinikum des Saarlandes hinzu. Beispielsweise können verengte Gefäße mit einem Katheter wieder ausgeweitet werden, um Schlaganfall oder Herzinfarkt als Folgen des Bluthochdrucks zu verhindern. Auch die renale Denervation als minimalinvasiver Eingriff, bei dem die Nervenbahnen zwischen dem Gehirn und der Niere durchtrennt werden sowie die Stimulation von Blutdruckrezeptoren in den Halsgefäßen („Hypertonieschrittmacher“) werden weiterhin unter Experten als mögliche Behandlungsmethoden von Bluthochdruck diskutiert. Neueste Erkenntnisse über Bluthochdruck und dessen Behandlung erläutern Experten bei der Pressekonferenz im Rahmen des 39. Wissenschaftlichen Kongress der Deutschen Hochdruckliga e.V. DHL® - Deutsche Gesellschaft für Hypertonie am 19. November in Saarbrücken.



Empfehlung der U.S. Preventive Services Task Force

<http://www.uspreventiveservicestaskforce.org/Page/Document/RecommendationStatementFinal/high-blood-pressure-in-adults-screening>

Terminhinweis:

39. Wissenschaftlicher Kongress der Deutschen Hochdruckliga e. V. DHL® - Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention

„Der kardiovaskuläre Risikopatient: Hypertonie und ihre Komorbiditäten“

Termin: 19. bis 21. November 2015

Ort: Congress Center Saar, Saarbrücken

Adresse: Hafestraße 12, 66111 Saarbrücken

Kongress-Pressekonferenz anlässlich „Hypertonie und Prävention 2015“

Termin: Donnerstag, 19. November 2015, 10.45 bis 11.45 Uhr

Ort: Congress Centrum Saar, Bankettraum

Webseite zum Kongress: www.hypertonie2015.de

Pressekontakt für Rückfragen:

Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®

Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention

Janina Wetzstein

Postfach 30 11 20

70451 Stuttgart

Tel.: 0711 8931-457

Fax: 0711 8931-167

wetzstein@medizinkommunikation.org

www.hochdruckliga.de