praevenio
IHRE ÄRZTE FÜR GESUNDHEIT

BLUTHOCHDRUCK

Bluthochdruck (Hypertonie) ist eine Störung des Herz- Kreislaufsystems mit erhöhtem Druck im arteriellen Gefäßsystem. Er bleibt oft jahrelang unerkannt, da er nicht unmittelbar zu körperlichen Symptomen führen muss.
Der Bluthochdruck ist eine zunächst oft reversible, später chronische Erkrankung. Neben Diabetes, zu hohem Cholesterinspiegel und Rauchen ist er ein wichtiger Risikofaktor für Gefäßverkalkung (Arteriosklerose). Im Verlauf von Jahren bis Jahrzehnten kann Bluthochdruck zu schwerwiegenden Komplikationen wie Schlaganfall, koronare Herzkrankheit (KHK), Herzinfarkt und Niereninsuffizienz führen.
Mit einem Vorkommen bei rund 20% der Menschen und steigender Häufigkeit im Alter stellt der Bluthochdruck ein bedeutsames gesundheitliches Problem der Bevölkerung dar.
Die Blutdruckwerte setzen sich aus systolischem (maximalem Gefäßdruck bei pumpendem Herz) und diastolischem Wert (Gefäßdruck bei sich füllendem Herz) zusammen.

Definitionen und Klassifikation der Blutdruckwerte (in mmHg):

Kategorie	systolisch	diastolisch
optimal	< 120	< 80
normal	120-129	80-84
hoch normal	130-139	85-89
Hypertonie °I (leicht)	140-159	90-99
Hypertonie °II (mittel)	160-179	100-109
Hypertonie °III (schwer)	≥ 180	≥ 110
isolierte systolische Hypertonie	≥ 140	<90

Man unterscheidet primäre und sekundäre Formen des Bluthochdrucks.
Als sekundärer Bluthochdruck werden die Hypertonieformen bezeichnet, bei denen ein ursächlicher organischer Mechanismus identifiziert werden kann. Sie machen nur etwa 10% aller Fälle aus und sind zumeist Folge chronischer Nierengewebe-, Nierengefäß- oder seltener hormoneller Erkrankungen.
Die verbleibenden über 90% werden als primärer oder essentieller Bluthochdruck bezeichnet. Er resultiert aus dem Zusammenwirken vieler vererblicher Faktoren sowie multiplen Umwelteinflüssen (u.a. Körpergewicht, Ernährung, Salzzufuhr, körperliche Aktivität, Stress).

Dr. Heiko Zürcher ist ausgewiesener Spezialist zur Behandlung von Bluthochdruck (Hypertensiologe) und Mitglied in der Deutsche Hochdruckliga e.V. (http://www.hochdruckliga.de/).

unser Angebot zur Diagnostik und Therapie von Bluthochdruck

- ärztliche Anamnese zur Person, dem Lebensstil und der Familie
- Gesundheitscheck mit Blutdruckmessung und Untersuchung der für den Blutdruck relevanten Organe
- Laboruntersuchungen von Blut und Urin zu Ursachen und Folgen des Bluthochdrucks sowie zur Prüfung weiterer Risikofaktoren
- Elektrokardiographie (EKG)
- Fahrrad-Belastungstest (Ergometrie) zum Erkennen eines versteckten Bluthochdrucks (Belastungshypertonie)
- Langzeitblutdruckmessung über 24 Stunden
- Auswertung von Protokollen bei Blutdruck-Selbstmessung im Alltag (wichtig bei stress-induziertem Bluthochdruck)
- Messung des Knöchel-Arm-Index (ABI)und der Pulswellengeschwindigkeit als Indikatoren für arterielle Verschlusskrankheit und das individuelle Gefäßrisiko
- Ultraschall von Nieren, Gefäßen und Herz
- Beratung zur Verbesserung der Lebensgewohnheiten (Sport, Ernährung, Stress)
- Beratung zu Medikamenten (es gibt viele gute Medikamente, aber sie müssen zum Patienten und seinem Bluthochdruck passen)