

## Neues zum Management des Bluthochdrucks

Der Bluthochdruck ist in den westlichen Industriestaaten die häufigste chronische Erkrankung. Es wundert deshalb nicht, dass die Fachgesellschaften ununterbrochen über leitliniengerechte Einschätzungen und Therapien diskutieren. Besonders Begleiterkrankungen wie Diabetes mellitus, eine zusätzliche Fettstoffwechselstörung oder Arteriosklerose bestimmen neue Therapiekonzepte. Die Bedeutung des Lebensstils mit Bewegungsmangel, ungesunder Ernährung und Übergewicht ist lange bekannt. Es gilt aber auch: unter den Risikofaktoren für die Gefäße stellt der Bluthochdruck eine der am besten und einfachsten zu behandelnden Faktoren dar. Die Aufklärungs-Aktivitäten bezüglich der Lebensstil-Modifikationen, die als besonders wirksam gelten, sind in den letzten Jahren aber zu kurz gekommen, meint Professor Dr. Markus van der Giet (Berlin), speziell was den Fokus auf junge Menschen anbetrifft: „in den letzten Jahren haben wir zunehmend verstanden, wie wichtig eine effiziente Blutdruckkontrolle schon bei jungen Menschen und in der Schwangerschaft ist: Studien zeigen: Schon pro 10 mmHg systolischer Blutdrucksenkung verringert sich das Risiko für einen Schlaganfall um 27 %, für eine Herzinsuffizienz um 28 % und für schwerwiegende Gefäß-Erkrankungen um 20 %.“