



Bavastro-Praxis

Dott. Paolo Bavastro

Internist

Cardiologe

Betriebsmedizin

Hypertensiologe DHL

Reisemedizin DTG

Ernährungsmedizin DGEM

Anthroposophische Medizin GAÄD

## DER HOHE BLUTDRUCK

### Die große, meist unerkannte Gefahr

In Deutschland leben etwa 20 Millionen Menschen mit hohem Blutdruck – leider sind höchstens die Hälfte erkannt; davon sind maximal wieder die Hälfte behandelt, davon wieder nur die Hälfte gut behandelt. Also, von 20 Millionen sind etwa nur 2 Millionen gut behandelt.

Eigentlich eine Katastrophe !!

Warum ist das so? Zunächst tut ja der hohe Blutdruck nicht weh – oft jedoch treten Kopfschmerzen oder eine innere Spannung auf.

Die Gefährlichkeit des hohen Blutdrucks liegt an den Schäden der Organe, die im Laufe der Jahre auftreten: Gehirn ( Schlaganfall, Demenz ); Verengung der Halsschlagader; Herz ( Herzinfarkt, Herzschwäche ); Nieren ( Niereninsuffizienz bis hin zur Dialyse ); Potenzstörungen beim Mann; Gefäße der Beine ( Schaufensterkrankheit ).

Um diese Schäden oder Folgen zu vermeiden oder zu verhindern muss der Blutdruck ( in Ruhe gemessen ) unter 130 systolisch ( also der obere Wert ) liegen.

Wenn weitere Risikofaktoren vorliegen ( z.B. Angehörige mit hohem Blutdruck, Übergewicht, erhöhtes Cholesterin, Diabetes, Rauchen ) muss der Blutdruck noch strenger eingestellt werden.

Leider haben über 70% der Menschen mit hohem Blutdruck weitere 2 oder mehr Risikofaktoren: diese müssen dann mitbehandelt werden.

Bei einem Blutdruck von 140/95 ist die Lebenserwartung um 22%, bei 150/100 bereits um 40% vermindert !!

Die Meinung die man immer noch hört, ein normaler Blutdruck sei 100 + Lebensalter ist seit über 40 Jahren überholt !!

Nach einer ausführlichen Anamnese muss zunächst die körperliche Untersuchung folgen. Je nach individueller Situation sollen folgende Untersuchungen durchgeführt werden:

- Blutuntersuchung
- EKG
- Messung der Gefäßelastizität ( eine neue Untersuchungsmethoden, die in Degerloch nur in der Bavastro Praxis durchzuführen ist. )
- Ultraschalluntersuchung des Herzens
- Ultraschalluntersuchung des Bauches, insbesondere der Nieren
- Ultraschalluntersuchung der Halsgefäße
- wenn der Blutdruck gut eingestellt ist, Belastungs-EKG

Nicht alle Medikamente sind zur Behandlung des hohen Blutdrucks gleich gut, gleich wirksam, gleich verträglich. „Billigpräparate“ sind oft unzureichend; Beta-Blocker sowie Diuretika sind sicher nicht Mittel der ersten Wahl.

In aller Regel gelingt eine gute Blutdruck Einstellung innerhalb von 3 bis 6 Wochen; ich muss den Patienten einmal die Woche sehen, um Schritt für Schritt die Behandlung der Situation anzupassen.

Jeder Patient mit erhöhtem Blutdruck sollte ein Messgerät zu Hause haben und selber Messen.

Es gibt keinen Bluthochdruck der nicht einstellbar ist !

Oft erleben Patienten eine Phase der Müdigkeit, der Schlappeit: dies kommt nicht von den Medikamenten ( wenn die richtigen gegeben worden sind ), sondern von dem jetzt erniedrigten Blutdruck: der Organismus muss sich an den wieder normalen Blutdruck gewöhnen!!

Dr. P. Bavastro

Internist – Kardiologe

Hypertensiologe DHL – der Fachmann für die Behandlung des hohen Blutdrucks