

Leverkusen, 16.05.2022

Welt Hochdruck Tag 2022

#entdeckergesucht - Nahezu jede:r Dritte weiß nichts von ihrer bzw. seiner Erkrankung

Am 17. Mai 2022 ist Welt Hochdruck Tag. Unter dem Motto #entdeckergesucht möchte er auf die große Dunkelziffer unentdeckter Bluthochdruckerkrankungen und das mangelnde Bewusstsein für die daraus folgenden Risiken aufmerksam machen. Denn Bluthochdruck kann viele Folgeerkrankungen nach sich ziehen.

Nach wie vor ist Bluthochdruck eine oft unerkannte Erkrankung. 20 bis 30 Mio. Bundesbürger haben arterielle Hypertonie – wie der Bluthochdruck im Fachjargon genannt wird –, aber fast jede:r Dritte weiß gar nicht, dass sie bzw. er unter Bluthochdruck leidet und damit langfristig ihre bzw. seine Gesundheit und die Aussicht auf ein langes Leben aufs Spiel setzt. Daher lohnt es sich, zum „Entdecker“ für seinen eigenen Blutdruck zu werden und im Fall einer Erkrankung gut therapeutisch eingestellt zu sein. Und dazu hilft nur eins: messen, messen und noch mal messen!

Wie wichtig es ist, seinen Blutdruck im Blick zu behalten, zeigt eine im medizinischen Fachjournal „The Lancet“¹ publizierte Studie. Sie analysiert die Entwicklung der Krankheitslast und den Anteil der behandelten Patientinnen und Patienten zwischen 1990 und 2019 anhand von 1.202 populationsbasierten Studien weltweit. Für Deutschland errechnet sie, dass nur 71 % aller weiblichen und 72 % aller männlichen Betroffenen von ihrer Erkrankung wissen. Medikamente erhalten nur 64 % der Patientinnen und 61 % der Patienten. Schaut man sich an, wie viele Menschen erfolgreich behandelt werden und Blutdruckwerte im Zielbereich aufweisen, ist das in dieser Erhebung nicht einmal die Hälfte der Betroffenen (48 % der Frauen, 43 % der Männer).

Wenig Symptome – viele gefährliche Folgen

„Das ist für diese Menschen ein großes Risiko“, sagt Prof. Dr. Peter Schwimmbeck, Direktor der Medizinischen Klinik 1 im Klinikum Leverkusen, die als Spezialklinik für die Diagnostik und Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen weit über die Region Leverkusen etabliert und als Hypertonie-Zentrum DHL[®] von der Deutschen Hochdruckliga ausgezeichnet ist, „ein unbehandelter

Bluthochdruck ist gefährlich, langfristig sogar lebensgefährlich. Grob gesagt, gehen fast die Hälfte aller Schlaganfälle und Herzinfarkte und fast ein Drittel aller Nierenkrankheiten auf sein Konto. Auch Demenzerkrankungen, sogar Erblindungen, zählen zu den Langzeitfolgen von dauerhaft erhöhten Blutdruckwerten.“

Meistens spüren Betroffene nichts von ihrer Erkrankung. In einigen Fällen führt Bluthochdruck zu Kopfschmerzen, innerer Unruhe oder auch mal Schwindel, aber diese Krankheitszeichen werden - wenn sie nur gelegentlich auftreten -, oft als „Unpässlichkeit“ hingenommen und nicht mit einer Bluthochdruckerkrankung in Zusammenhang gebracht. Aufschluss über die Diagnose gibt am Ende nur die Blutdruckmessung. Betroffene sind nicht selten überrascht, wenn ihnen die Diagnose als vermeintlicher Zufallsbefund nach einer Schlaganfall- oder Herzinfarktdiagnose gestellt wird.

Eine Auswertung von Gesundheitsdaten der WHO-Länder² zeigt, dass die Anzahl der Todesfälle infolge von Herz- und Gefäßerkrankungen mit Bluthochdruck zusammenhängt: Je höher die Blutdruckwerte, desto mehr tödliche kardiovaskuläre Ereignisse. „Bluthochdruck muss behandelt werden. Je früher und konsequenter, desto besser“, betont Prof. Dr. Schwimmbeck als Kardiologe, Regionalbeauftragter der Deutschen Hochdruckliga und Mitglied im Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung.

Blutdruckmessen ist einfach

Schon gelegentliches Messen gibt frühzeitig Aufschluss. **Ab Blutdruckwerten über 140/90 mm Hg wird es gefährlich** – dann spricht man von Hypertonie (Bluthochdruck) und eine Therapie sollte eingeleitet werden. Optimal sind Blutdruckwerte unter 130/80 mm Hg. Bei leicht erhöhten Werten kann man viel durch einen gesünderen Lebensstil erreichen und die erhöhten Blutdruckwerte wieder „einfangen“: Gewicht verlieren, sich gesund ernähren und ausreichend bewegen ist das Patentrezept!

„Bluthochdruck früh zu erkennen und zu behandeln, rettet Leben,“ erklärt Prof. Dr. Peter Schwimmbeck und weist darauf hin: „Blutdruckmessen ist einfach! Wir möchten die Menschen zur Blutdruckmessung animieren, um die Dunkelziffer von Menschen mit Bluthochdruck zu senken.“

Beteiligung an bundesweiter Social-Media-Kampagne #entdeckergesucht

Daher beteiligt sich Prof. Schwimmbeck und das Klinikum Leverkusen an der Social-Media-Kampagne #entdeckergesucht der Deutschen Hochdruckliga. Gesucht werden dabei mutige Menschen, die ihre Blutdruckwerte messen – und auch andere dazu motivieren, als „Entdecker“ ihren

Blutdruck im Auge zu haben. Idee ist, dass jede:r eine Woche lang gemäß Anleitung seine Blutdruckwerte misst, in einem Blutdruckpass (Download unter www.hochdruckliga.de/entdeckergesucht) einträgt und am Ende seinen Wochendurchschnittswert berechnet. Dann einfach ein Foto von sich mit dem Blutdruckpass machen und mit dem Hashtag #entdeckergesucht posten. Allein, zu zweit, mit der Familie oder dem Gartenzwerg.

Und wer von seinen Blutdruckwerten überrascht ist, weil der Durchschnittswert über 135/85 mm Hg liegt, sollte dies unbedingt seine:n Ärztin oder Arzt wissen lassen.

- ¹ (NCD-RisC), Zhou B, Carrillo-Larco RM, Danaei G et al. Worldwide trends in hypertension prevalence and progress in treatment and control from 1990 to 2019: a pooled analysis of 1201 population-representative studies with 104 million participants. *Lancet* 2021; 398, 957-980. [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)01330-1/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)01330-1/fulltext)
- ² Sahin B, İlgün G. Risk factors of deaths related to cardiovascular diseases in World Health Organization (WHO) member countries. *Health Soc Care Community*. 2022 Jan; 30 (1): 73-80. doi: 10.1111/hsc.13156. Epub 2020 Sep 9

Pressekontakt:

Simone Röxe
Unternehmenskommunikation/Marketing

Klinikum Leverkusen gGmbH
Am Gesundheitspark 11
51375 Leverkusen
Telefon 0214 13-48516
E-Mail simone.roexe@klinikum-lev.de
Internet <http://www.klinikum-lev.de>

*Das **Klinikum Leverkusen**, akademisches Lehrkrankenhaus der Universität zu Köln, ist ein Krankenhaus der regionalen Spitzenversorgung mit einem hochqualifizierten medizinischen und pflegerischen Leistungsangebot. Mehr als 2.400 Menschen kümmern sich in zwölf medizinischen Fachabteilungen mit insgesamt 740 Betten, zahlreichen Zentren und Instituten sowie in den Servicebereichen, Tochtergesellschaften und in der Verwaltung um die Gesundheit und das Wohlbefinden unserer Patientinnen und Patienten. Ärzte, Apotheker, Pflegekräfte, Therapeuten und andere Berufsgruppen sind dafür rund um die Uhr im Einsatz.*

*Als Gründer und treibende Kraft gestaltet das Klinikum Leverkusen im **Gesundheitspark Leverkusen** strategische Kooperationen und bildet Netzwerke zum Wohle und Nutzen unserer Patienten, Kunden, Mitarbeiter und Geschäftspartner. Der Campus-Gedanke des Gesundheitspark Leverkusen konzentriert stationäre und ambulante medizinische Spitzenversorgung. Beginnend bei Vorsorge- und Präventionsmaßnahmen über Diagnostik und Therapie bis hin zur Rehabilitation und Nachsorge bieten die Partner im Gesundheitspark Medizin für das ganze Leben!*