

Neue europäische Leitlinien zur Hypertonie-Behandlung



Die neuen Guidelines – kommentiert von Dr. Egbert Schulz, Vorsitzender des Blutdruckinstituts Göttingen e. V.

Rund 1,5 Milliarden Menschen weltweit leiden unter einem zu hohen Blutdruck, in Deutschland leidet jeder 2. über 55 an der Erkrankung, die Zahl der betroffenen Kinder und Jugendlichen nimmt zu. Die Mortalität der arteriellen Hypertonie ist in Deutschland im Vergleich zu unseren europäischen Nachbarn sehr hoch bedingt durch ein erhöhtes Risiko, einen Schlaganfall, Herzinfarkt oder andere Organschäden zu erleiden. Um diese vital bedrohlichen Endorganschäden zu verhindern, ist eine rechtzeitige, optimale Therapie unerlässlich. Die neuen europäischen

Leitlinien der Europäischen Hypertonie Gesellschaft zum Management von Bluthochdruck formulieren neue Blutdruck-Zielwerte und unterstreichen die Bedeutung nicht-medikamentöser Maßnahmen. Des Weiteren gewinnt die Problematik der Hypertonie bei Kindern und Jugendlichen mehr Bedeutung.

Die bisher üblicherweise praktizierte Messung in der Arztpraxis bildet die Blutdrucksituation der Patienten nicht ausreichend ab und kann zu Fehldiagnosen und Übertherapie führen. So wird gefordert, diese Verfahren außerhalb der Praxis verstärkt bei Diagnosestellung und langfristiger Betreuung der Patienten zu berücksichtigen. Wie bereits 2007 erstmalig erwähnt, sollen bei der Einstellung des Blutdrucks neue Techniken wie die Telemedizin zum Einsatz kommen, um die initial ansonsten notwendige hohe Wiedervorstellungsfrequenz von 2 x/Woche zu reduzieren und gleichzeitig eine größere Therapiesicherheit zu gewährleisten.

Ein strikteres Vorgehen fordert die Leitlinie in der Prävention und in der Nutzung nicht-medikamentöser therapeutischer Maßnahmen: Bei milden Verlaufsformen der arteriellen Hypertonie genügen z. T. bereits konsequente Verhaltensanpassungen wie durch tgl. Ausdauersport, Verzicht auf Nikotin, Lakritze und Energy Drinks, die durch die Kombination von Taurin mit Koffein bei langjährigem Konsum zu schwerwiegenden hypertensiven Endorganschäden führen können.

Lebensstil ändern: Sportwissenschaftliche Untersuchungen kommen dabei den Patienten entgegen, indem mit dem Alltag gut zu vereinbarende 30 Minuten täglich durch moderates, dynamisches Training empfohlen werden. Es bleibt abzuwarten, ob demnächst das „high intensity Training“ Eingang in die Therapieempfehlungen zur Lebensstiländerung bei Hypertonie findet. Des Weiteren wird eine vorzugsweise „mediterrane“ Ernährung nahe gelegt. Auch sollte

der Salzkonsum eingeschränkt werden auf maximal fünf bis sechs Gramm pro Tag und damit auf nur halb so viel wie bislang tatsächlich durchschnittlich konsumiert wird. Hier ist darauf hinzuweisen, dass eine Salzüberladung wie durch regelmäßigen Verzehr von Fertigkostartikeln und fast-food-Produkten die Wirksamkeit wichtiger Antihypertensivklassen (ACE-Hemmer und AT-1-Blocker) beeinträchtigt.

Bluthochdruck „Kinder und Jugendliche“:

Auch die Problematik „Kinder und Jugendliche“ rückt in den vergangenen Jahren bei den europäischen Fachgesellschaften mehr in den Fokus. Hinsichtlich dieser „neu entdeckten“ Gruppe von Patienten (in Deutschland leben geschätzt 700.000 Kinder und Jugendliche mit Bluthochdruck, die wie die Erwachsenen Patienten meist eine essentielle arterielle Hypertonie aufweisen) hat die DHL gerade eine Kommission für Bluthochdruck bei Kindern und Jugendlichen gegründet. Hier wird die nichtmedikamentöse Therapie untersucht. Unter anderem sollen unterschiedliche Formen von sportlichen Aktivitäten mit ihrem Einfluss auf das Blutdruckprofil bei Kindern untersucht werden. ■

Welthypertonietag am 17. 5. 2014

Lauf gegen Bluthochdruck am Kieselsee

Gehen, Nordic Walking, Jogging oder Laufen über unterschiedliche Distanzen unter lückenloser ärztlicher Kontrolle rund um den Göttinger Kieselsee.

Zertifizierung Nephrologisches Zentrum Göttingen GbR

Dieses Mal findet im EKW anlässlich dieses weltweiten Thementages der NHMA am 14. Mai 2014 statt. Die gute Zusammenarbeit auf dem Gebiet der Hypertensiologie ist ein Anlass zu einer kleinen Feierlichkeit mit den Kooperationspartnern. Zertifizierung als nationales Hypertoniezentrum der DHL 2013.

Bereitschaftsdienst für Nierenpatienten:

Telefon 05 51 - 30 98 53 99

Drei nephrologische Facharztpraxen in der Region haben den seit Jahren bestehenden Fachärztlichen Nephrologischen Bereitschaftsdienst Südniedersachsen (NBSN) reorganisiert und eine zentrale Rufnummer eingerichtet – für Patienten mit Nierenerkrankungen und damit verbundenen anderen Erkrankungen, wie zum Beispiel Bluthochdruck und Autoimmunerkrankungen.