

„Muss ich bei Hitze meine Medikamente anders dosieren, Herr Doktor?“

Schon am Morgen zeigt das Thermometer über 22 Grad. „Unsere armen Patienten!“, sagt eine Mitarbeiterin. Menschen mit einer behandelten Bluthochdruckerkrankung müssen bei hohen Temperaturen aufpassen, dass ihr Blutdruck nicht abstürzt. Wie die ältere Dame vor mir. „Herr Doktor, morgens ist mein Blutdruck gut, so 120/75. Tagsüber wird er niedrig und mir ist schlecht.“ Die 72-Jährige Rentnerin nimmt drei verschiedene Medikamente ein. Ihre Blutdruckwerte sind sehr gut eingestellt, liegen immer unter 140/85. Meist fühlt sie sich wohl. „Bei Hitze weiten sich die Blutgefäße in der Haut, um überschüssige Wärme abzugeben“, sage ich. „Dabei sinkt der Blutdruck. Deshalb könnten und sollten Sie auf einen Teil Ihrer blutdrucksenkenden Medikamente verzichten.“ „Lieber nicht. Da habe ich Angst“, sagt meine Patientin. Es hatte Monate gedauert, bis wir eine gute Medikamenten-Kombination gefunden hatten – unterstützt von drei Tassen Grünem Tee pro Tag und Salz, das mit Kaliumchlorid angereichert ist.

Das richtige Maß

„Auch die Deutsche Herzstiftung rät, bei Hitzephasen die Medikamente zu reduzieren, so der obere Wert unter 110 fällt.“ Meine Patientin ist nicht überzeugt. „Gerade habe ich eine große Untersuchung gelesen, in der es darum ging, ob der Blutdruck in der Altersgruppe über 60 immer unter 140 im oberen Bereich liegen muss“, sage ich. „Über 27000 Fälle wurden ausgewertet. Die Antwort war: Häufig verlieren wir die Nebenwirkungen bei zu niedrigen Werten aus dem Blick – wie Schwindel beim Aufstehen, ein Sturz, weil Sie sich nicht gut fühlen und ohnmächtig werden, Nierenschäden oder Übelkeit. Für Ihren Fall würde ich sagen: Selbst wenn der Blutdruck mal kurz über 140 klettert, weil wir die Dosis reduziert haben, brauchen Sie sich keine Sorgen zu machen.“ Sie lächelt. Tatsächlich fühlt sie sich mit etwas höheren Werten an diesen heißen Tagen besser.

WAS EIN HAUSARZT SEINER FAMILIE RATEN WÜRD

Dr. Heimanns Kolumne verfolgen jede Woche einige Millionen Leserinnen und Leser. Da wir leider nicht mehr jede Frage persönlich beantworten können, haben wir ihn und sein Team gebeten, auf die häufigsten Fragen in einem Video einzugehen – verständlich, umfassend und medizinisch auf dem aktuellsten Stand. Jede Woche neu!



**DIERK HEIMANN'S
NEU!
YOUTUBE-CHANNEL**

Wenn auch Sie eine Frage haben:

Hinterlassen Sie bitte Ihr Anliegen auf unserem Anrufbeantworter, schicken Sie uns einen Brief oder eine E-Mail:

Dr. med. Dierk Heimann
Postfach 23 00 63
55051 Mainz

Telefon: 0800 9863373

E-Mail-Adresse:
frage@hausarzt-kolumne.video

So gelangen Sie zu den Videos:
www.hausarzt-kolumne.video

Oder aktivieren Sie die Fotokamera Ihres Handys und nehmen Sie diesen QR-Code ins Visier.

WENIGER MÜSSEN MÜSSEN®



Bei nächtlichem Harndrang

Doppelte
Pflanzenkraft

Reduziert
häufigen Harndrang*

Beeinträchtigt nicht
die Sexualfunktion

*bei gutartiger Prostatavergrößerung

Prostagutt® duo 160 mg | 120 mg. Anwendungsgebiete: Beschwerden beim Wasserlassen bei gutartiger Prostatavergrößerung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe P/01/11/20/03/1

