



„Habe ich Bluthochdruck, Herr Doktor?“

Herr Doktor, ich habe heute meine Tochter mitgebracht.“ Meine 68-jährige Patientin schiebt eine etwa 35-jährige Frau in mein Behandlungszimmer. Sie lächelt, wirkt aber etwas schüchtern. Ich kenne sie nicht. „Es geht um meinen Bluthochdruck. Ich habe da was gelesen.“ Meine Patientin öffnet ihre Handtasche und zieht den Ausdruck einer Internetseite heraus. „Meine Tochter hat das gestern gefunden. Daher habe ich sie gleich mitgebracht.“ Sie reicht mir das Blatt über den Tisch. „Da steht, mit dem richtigen Blutdruck ist nun alles ganz anders.“ Ich werfe einen Blick darauf. Zum Glück kenne ich den Inhalt. „Ja. Das stimmt. Es geht um die neuen Leitlinien der Europäischen Gesellschaft für Kardiologie, die Ende August in London vorgestellt worden sind.“ Sie sieht mich ungläubig an. „Sie kennen das?“ Ich nicke. „Ja. Ich bin Mitglied in dieser Fachgesellschaft und in deren Einheit zur Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen.“ „Und stimmt das denn?“ Sie spielt auf die neuen Blutdruckgrenzwerte an, ab denen das Risiko für Herzinfarkte und Schlaganfälle steigt.

Neue Werte für Bluthochdruck

„Ich war zwar nicht selbst auf dem Kongress, doch ich habe mir die Präsentation im Internet angesehen. Früher haben wir gesagt: Blutdruckwerte unter 140:90 sind erst mal kein Problem. Erst dann beginnt eine Blut-

hochdruckerkrankung.“ Sie schluckt. „Und jetzt ist das schon ab 120:80 so? Dann hat meine Tochter auch Bluthochdruck“, sagt sie hörbar verunsichert. Ich schüttle den Kopf. „Nein. Es wurde aber die neue Kategorie des erhöhten Blutdrucks eingeführt, demnach sollten Blutdruckwerte ab 120:70 uns Anlass zum Nachschauen geben. Früher als bisher. Sie sind eine Art Vorstadium.“ Ihre Tochter ergreift nun zum ersten Mal das Wort. Mir fällt auf, dass ich ihren Namen noch gar nicht kenne. „Mein Wert ist 122:83. Ich habe gestern gemessen. Heißt das, ich muss nun Medikamente nehmen?“ Ich kann die junge Frau beruhigen. „Nein. Die neue Kategorie soll uns vor allem dazu bewegen, nachzusehen, welches Risiko besteht und es dann drei Monate mit allgemeinen Maßnahmen zu versuchen. Also mehr Ausdauersport, einer gesünderen Ernährung und zum Beispiel auch mithilfe von Blutdrucksalz. Da steckt etwas Kalium drin. Reicht das alles nicht und ist das persönliche Risiko hoch, können Medikamente zum Einsatz kommen.“ Ich sehe ihr die Skepsis an. „Es steckt doch bestimmt die Pharmaindustrie dahinter.“ Ich verstehe ihre Vermutung. „Das konnten die Studienautoren entkräften. Sie haben den Entscheidungsprozess sehr ausführlich erklärt und unter anderem auf Blutdruckwerte von Menschen verwiesen, die außerhalb unserer stressigen Alltagssituationen leben. Denn deren Blutdruck ist oft niedriger und sie bleiben dadurch gesünder.“

Dr. med. Dierk Heimann

ist Facharzt für Allgemeinmedizin. Er hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.
www.ihr-hausarzt-in-mainz.de

DIERK HEIMANN'S
VIDEO-KOLUMNE
AUF YOUTUBE

WAS EIN HAUSARZT SEINER FAMILIE RATEN WÜRD E

Wenn Sie eine Frage haben: Hinterlassen Sie Dr. Heimann gern Ihr Anliegen. Bitte beachten Sie jedoch: Er kann leider nur allgemeine Fragen beantworten. Reichen Sie bitte keine Befunde oder persönliche Unterlagen ein.
Dr. med. Dierk Heimann
Postfach 23 00 63
55051 Mainz
Tel. 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.

