

"Druck runter – gut drauf": Am 17. Mai ist Welthypertonietag

In Deutschland ist fast jeder dritte Erwachsene von Bluthochdruck betroffen. Gesunder Lebensstil kann den Blutdruck senken.

Der Welthypertonietag am 17. Mai 2020 steht unter dem Motto „Druck runter – gut drauf“. In Deutschland ist fast jeder dritte Erwachsene von Bluthochdruck betroffen. Rund 90 Prozent der Betroffenen können durch den persönlichen Lebensstil den Blutdruck maßgeblich senken.

„Mehr Bewegung und gesunde Ernährung, weniger Übergewicht und Stress – wer diese Formel berücksichtigt, kann dazu beitragen, den Blutdruck, Folgerisiken und den Medikamentenbedarf zu senken“, sagt Prof. Dr. Hugo Katus, Ärztlicher Direktor der Klinik für Kardiologie, Angiologie und Pneumologie am Universitätsklinikum Heidelberg.

Bei Patienten mit einem Bluthochdruck liegen die Blutdruckwerte regelmäßig über dem Grenzwert von 140/80mmHg. Bluthochdruck verursacht meist lange Zeit keine Beschwerden und wird nicht bemerkt, unbehandelt kann er aber schwere Folgeerkrankungen wie Herzinfarkt, Schlaganfall, Nierenschäden oder Demenz nach sich ziehen. Bluthochdruck ist der größte Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und damit für die Hälfte aller Todesfälle durch Herzinfarkt und Schlaganfall verantwortlich.

Die Ursachen für einen Bluthochdruck sind nicht geklärt, da die Regelmechanismen sehr komplex sind. Bei etwa zehn Prozent der Patienten lässt sich eine Erkrankung feststellen, die ursächlich für den Bluthochdruck verantwortlich ist. Behandelt man diese Erkrankung, so normalisiert sich auch wieder der Blutdruck.

Weitere Informationen im Internet

[Homepage der Klinik für Kardiologie, Angiologie und Pneumologie am Universitätsklinikum Heidelberg](#)

www.welthypertonietag.de

Universitätsklinikum und Medizinische Fakultät Heidelberg: Krankenversorgung, Forschung und Lehre von internationalem Rang

Das Universitätsklinikum Heidelberg ist eines der bedeutendsten medizinischen Zentren in Deutschland; die Medizinische Fakultät Heidelberg der Universität Heidelberg zählt zu den international renommierten biomedizinischen Forschungseinrichtungen in Europa. Gemeinsames Ziel ist die Entwicklung innovativer Diagnostik und Therapien sowie ihre rasche Umsetzung für den Patienten. Klinikum und Fakultät beschäftigen rund 13.700 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und engagieren sich in Ausbildung und Qualifizierung. In mehr als 50 klinischen Fachabteilungen mit fast 2.000 Betten werden jährlich circa 80.000 Patienten voll- und teilstationär und mehr als 1.000.000 mal Patienten ambulant behandelt. Gemeinsam mit dem Deutschen Krebsforschungszentrum und der Deutschen Krebshilfe hat das Universitätsklinikum Heidelberg das Nationale Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg etabliert, das führende onkologische Spitzenzentrum in Deutschland. Das Heidelberger Curriculum Medicinale (HeiCuMed) steht an der

Spitze der medizinischen Ausbildungsgänge in Deutschland. Derzeit befinden sich an der Medizinischen Fakultät Heidelberg rund 3.500 angehende Ärztinnen und Ärzte in Studium und Promotion.

www.klinikum-heidelberg.de