



BLUTHOCHDRUCK

MEDIKAMENTENFLUT

Ein zu hoher Blutdruck ist eine tückische Gefahr für die Gesundheit. Aber die Ärzte sind sich nicht einig: Ab wann ist er zu hoch?

Über Nacht sind 30 Millionen US-Amerikaner krank geworden, jedenfalls theoretisch und auf dem Papier. Der Fachverband der Herzmediziner in den USA hat eine neue Definition veröffentlicht, ab welchem Wert der Blutdruck als zu hoch gilt. Statt der bisherigen Marke von 140/90 soll der Grenzwert künftig schon bei 130/80 liegen. Das betrifft gut 30 Millionen Menschen. Bisher hatten sie einen akzeptablen Wert, nun gelten sie als krank und behandlungsbedürftig.

In der Praxis heißt das: Die Ärzte werden noch mehr Tabletten verschreiben. »Ja, wir machen mehr Menschen zu Hochdruckpatienten und werden mehr Medikamente verordnen«, sagt Dr. Kenneth Jamerson, einer der Herzspezialisten, die für die Richtwerteänderung verantwortlich sind. Die neuen Empfehlungen der American Heart Association sollen ab nächstem

Sommer als konkrete Behandlungsleitlinien für die Ärzte in den USA gelten. Auch in Europa, davon muss man ausgehen, werden dann die entsprechenden Empfehlungen geändert.

GESUNDHEITSRISIKO

Es ist unbestritten, dass Bluthochdruck ein erhebliches Gesundheitsrisiko ist. Der hohe Druck in den Blutgefäßen schädigt auf Dauer das Herz, die Nieren und andere Organe und erhöht die Gefahr für Herzinfarkte und Schlaganfälle. Tückisch ist, dass man oft zunächst keine Symptome spürt. Festgestellt wird der Hochdruck in vielen Fällen erst, wenn er sich mit Kopfschmerzen und Schwindelgefühlen bemerkbar macht und in die absolute Gefahrenzone über 180/110 Millimeter auf der Quecksilbersäule steigt. »Wichtig ist, dass der Blutdruck regelmäßig gemessen wird, um

einen möglichen Hochdruck überhaupt zu entdecken«, meint das Robert Koch-Institut (RKI).

Ob allerdings bei leicht erhöhtem Blutdruck gleich mit Medikamenten behandelt werden sollte, die zum Teil erhebliche Nebenwirkungen haben, bezweifeln viele Fachärzte. Die Deutsche Hochdruckliga weist darauf hin, dass die Ursachen oft im Lebensstil liegen: Bewegungsarmut, Rauchen, einseitige Ernährung und zu viel Stress. Deshalb könne die Umstellung auf eine gesündere Lebensweise den Blutdruck oft schon innerhalb weniger Monate so weit senken, dass Medikamente nicht notwendig sind. Naturheilkundliche Ärzte ergänzen die Behandlung von Bluthochdruck um Heilfasten, Hydrotherapien mit kalten Kneippgüssen und warmen Wannenbädern sowie aktives Üben von Entspannungsmethoden.