

## Bluthochdruck (Hypertonie)

Eine **Hypertonie** (Bluthochdruck) liegt vor, wenn der **Blutdruck dauerhaft** auf Werte von **mehr als 140 mmHg systolisch** und/oder mehr als **90 mmHg diastolisch** erhöht ist.

20-25% der Bevölkerung leiden unter Hypertonie, wobei viele Betroffene gar nichts von ihrer Erkrankung wissen und somit unbehandelt sind.

In 95% der Fälle liegt eine primäre Hypertonie vor, d.h. die Ursache der Hypertonie ist nicht bekannt.

### **Folgende Lebensstilfaktoren beeinflussen einen Bluthochdruck:**

- Bewegung und Sport
- Ernährung
- Genussmittelkonsum (Alkohol, Kaffee, Tabak)
- Umweltfaktoren und Stress
- Übergewicht

Die Hypertonie begünstigt die **Arteriosklerose** und ist der **Hauptrisikofaktor für Schlaganfall**.

### **Im Folgenden die wichtigsten Erkrankungen, die durch eine Hypertonie mit bedingt sein können:**

- Apoplex (Schlaganfall)
- Arterienverkalkung (Atherosklerose, Arteriosklerose)
- Aussackung der Hauptschlagader (Aortenaneurysma)
- Durchblutungsstörungen des Gehirns (Zerebrale Durchblutungsstörungen)
- Herzinfarkt (Myokardinfarkt)
- Herzschwäche (Herzinsuffizienz)
- Niereninsuffizienz (Nierenversagen)
- Periphere arterielle Verschlusskrankheit
- Schäden des Gehirns aufgrund der Hypertonie (Hypertensive Enzephalopathie)
- Tinnitus
- Veränderungen der Netzhaut, die zu Sehstörungen führen (Retinopathie)
- Vergrößerung der linken Herzkammer (Linksherzhypertrophie)

Wir beraten Sie gerne über **diagnostische und therapeutische Verfahren** und vor allem über die Möglichkeit dieser Erkrankung und den Folgeerkrankungen vorzubeugen.