

Bluthochdruck

wenn der Blutdruck oben aus schiesst

SAMARITER BÜMPLIZ 29. MÄRZ 2021, 12:38 UHR

Bluthochdruck

Bluthochdruck (Hypertonie) ist ein Hauptrisikofaktor für viele Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Hirnschlag, Angina pectoris, Herzinfarkt oder Herzinsuffizienz, aber auch für Nierenversagen und Sehstörungen.

Formen:

Bei Bluthochdruck ist der Druck, der auf die Arterienwände ausgeübt wird, zu hoch. Dadurch werden die Arterien geschädigt und die Organe überlastet. Bei neun von zehn Betroffenen findet man keine Ursache für den hohen Blutdruck. Man spricht in diesem Fall von „essenzieller Hypertonie“. Verschiedene Faktoren erhöhen das Risiko für Bluthochdruck. Dazu gehören neben dem Alter, dem Geschlecht und erblicher Veranlagung auch Übergewicht, Fehlernährung, Bewegungsmangel und Stress. Bluthochdruck liegt vor, wenn der Blutdruck bei mindestens drei Messungen innerhalb weniger Wochen 140/90 mm Hg oder mehr beträgt.

Symptome:

Bluthochdruck ist im Normalfall nicht spürbar. Nur in seltenen Fällen, wenn der Blutdruck sehr stark erhöht ist, können Beschwerden wie Schwindel, Kopfschmerzen oder Ohrensausen auftreten.

Blutdruckwerte für Erwachsene über 18 Jahren

oberer (systolischer) Wert mmHg und unterer (diastolischer) Wert mmHg

Normaler Blutdruck: unter 140 und unter 90

Leichter Bluthochdruck: 140-159 und/oder 90-99

Mässiger Bluthochdruck: 160-179 und/oder 100-109

Schwerer Bluthochdruck: ab 180 und/oder ab 110

Behandlung

Wird der Bluthochdruck durch eine Krankheit verursacht (sekundäre Hypertonie), wird diese behandelt und dadurch der Blutdruck gesenkt (zum Beispiel Aufdehnung von verengten Nierengefässen). Bei der essenziellen Hypertonie besteht die Behandlung aus Lebensstiländerungen und Medikamenten.



Blutdruck richtig interpretieren! | Dr. Heart

von Dr. Heart

YOUTUBE
