

(idw)

idw - Informationsdienst Wissenschaft
Nachrichten, Termine, Experten

09.07.2013 11:44

Neue Leitlinien zu Bluthochdruck erleichtern Behandlung - Mehr Fokus auf Lebensstil

Maximilian Broglie *Geschäftsstelle*
Deutsche Hochdruckliga

Heidelberg – Um die lebensbedrohlichen Folgen von Bluthochdruck zu verhindern, ist eine wirksame Therapie unerlässlich. In den jetzt veröffentlichten neuen europäischen Leitlinien zum Management von Bluthochdruck empfehlen Experten neue Strategien, um die Versorgung von Hochdruckpatienten zu verbessern. Die Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL® Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention begrüßt diesen Schritt: Die neuen Leitlinien vereinfachen die Blutdruck-Zielwerte, rücken den Lebensstil der Patienten in den Vordergrund und geben Ärzten größeren Handlungsspielraum.

„Die vielleicht wichtigste Neuerung durch die neuen Leitlinien der European Society of Hypertension (ESH) und der European Society of Cardiology (ESC) ist, dass für die meisten Patienten, einschließlich derjenigen mit Vorerkrankungen wie Herz- oder Nierenschäden, nun die gleichen Blutdruck-Zielwerte gelten“, sagt Professor Dr. med. Hans-Georg Predel, stellvertretender Vorstandsvorsitzender der DHL®. Das vereinfache die Therapie maßgeblich und komme der Realität weitaus näher, als die bisherigen Anforderungen. Bisher lagen die Zielwerte für Hochrisikopatienten bei 130/80 mmHg, wurden aber selten erreicht. „Das erzeugte häufig Frustration bei Ärzten und Betroffenen“, bedauert Predel. Nun gelten ab sofort Werte unter 140/90 mmHg als Zielblutdruck für die Mehrzahl aller Patienten. Denn gemäß einer kritischen Analyse der Studienlage ist ein Vorteil niedrigerer systolischer Werte unter 130 mmHg nicht belegt. „Im Gegenteil: Eine zu aggressive blutdrucksenkende Therapie kann unter Umständen mehr schädigen, als ein etwas höherer Wert“, so Professor Dr. med. Reinhold Kreutz, Sprecher der Sektion Arzneimittel der DHL®.

Ein strikteres Vorgehen fordert die Leitlinie hingegen in der Prävention und in der Nutzung nicht-medikamentöser therapeutischer Maßnahmen: „Häufig, insbesondere bei leichten Blutdruckerhöhungen, reichen schon konsequente Änderungen im Lebensstil, um den Blutdruck nachhaltig zu senken“, sagt Professor Predel. Daher sei es wichtig, konsequent auf das Rauchen zu verzichten, mindestens 30 Minuten täglich durch moderates, dynamisches Training körperlich aktiv zu sein und sich gesund, vorzugsweise „mediterran“ zu ernähren. Auch sollte der Salzkonsum eingeschränkt werden auf maximal fünf bis sechs Gramm pro Tag und damit auf nur halb so viel wie

bislang tatsächlich durchschnittlich konsumiert wird.

Eine weitere wichtige Änderung für Ärzte ergibt sich nach Professor Kreuzt bei der Wahl der Medikamente. Die Leitlinien betonen die Notwendigkeit, dass bei Hochrisikopatienten häufig nur eine Kombination aus mindestens zwei Medikamenten den Blutdruck anhaltend senken kann und geben praktische Hinweise für Kombinationsstrategien. „Wichtiger als die Methode der Senkung ist, dass der Patient den Zielwert in angemessener Zeit erreicht. Daher begrüßen wir die neuen Bestimmungen, die hier die Verantwortung stärker in die Hände des behandelnden Arztes legen“, betont Kreuzt. Dieser könne aus fünf Medikamentengruppen frei wählen und damit die Therapie individuell auf die Bedürfnisse des Patienten abstimmen. Gleichzeitig werten die Leitlinien die ambulante 24-Stunden- sowie die eigenständige Blutdruckmessung der Patienten auf. Denn die bisher üblicherweise praktizierte Messung in der Arztpraxis bilde die Lebenssituation der Patienten nicht ausreichend ab und kann zu Fehldiagnosen führen, so die Experten der DHL®. Sie schließen sich der Forderung der Leitlinien-Autoren an, diese Verfahren außerhalb der Praxis verstärkt bei Diagnosestellung und langfristiger Betreuung der Patienten zu berücksichtigen.

Die DHL® sieht in den neuen Leitlinien weitere Fortschritte für die Behandlung von Hochdruck-Patienten. „Sie vereinfachen für Patienten und Ärzte die Therapie maßgeblich. Zugleich legen sie mehr Wert auf Prävention, deren Bedeutung Ärzte ihren Patienten noch deutlicher als bisher nahebringen sollten,“ resümiert Predel. Denn Rauchen, Bewegungsmangel und falsche Ernährung seien die größten Risikofaktoren für einen hohen Blutdruck, ein erhöhtes kardiovaskuläres Risiko und damit für folgeschwere Erkrankungen. Derzeit bereitet die DHL®, in Anlehnung an die neue europäische Leitlinie, ihre aktualisierten Therapieempfehlungen in deutscher Sprache vor.

Weitere Informationen:

<http://www.hochdruckliga.de/nachrichtendetails/items/231.html>

2013 ESH/ESC Guidelines for the management of arterial hypertension

<http://www.eshonline.org/Guidelines/ArterialHypertension.aspx>

Pressekontakt für Rückfragen:

Deutsche Hochdruckliga e.V.

Pressestelle

Anna Julia Voormann, Christina Seddig

Postfach 30 11 20

70451 Stuttgart

Tel.: 0711 8931-442 KOSTENLOS 0711 8931-442

Fax: 0711 8931-167

seddig@medizinkommunikation.org

www.hochdruckliga.de

Merkmale dieser Pressemitteilung:

Journalisten, Wissenschaftler

Biologie, Medizin

überregional

Forschungs- / Wissenstransfer, Forschungsprojekte

Deutsch