

Blutdruck-Selbstmessung am besten in Napoleon-Haltung

Tips zur Blutdruck-Messung für Sie und Ihre Patienten

Richtiges Blutdruckmessen ist ein Kapitel für sich. Auf den ersten Blick sieht es einfach aus – um aber zuverlässige Werte zu erhalten, gibt es einiges zu beachten. Welche Tips Sie Ihren Patienten geben können, oder welche Grenzwerte bei einem hypertonen Diabetiker beachtet werden sollten, erläutert Professor Bernd Krönig aus Trier im Gespräch mit Christina Ott.

Forschung und Praxis: *Eine regelmäßige Therapiekontrolle ist für eine gute Blutdruckeinstellung wichtig. Wie häufig sollte bei Hypertonikern der Blutdruck in der Praxis kontrolliert werden?*

Professor Krönig: Das hängt davon ab, ob es sich um einen neu entdeckten oder einen bereits bekannten und gut eingestellten Bluthochdruck handelt. In der ersten Phase nach Entdeckung der Erkrankung sollte der Blutdruck in der ärztlichen Praxis mindestens einmal pro Woche gemessen werden, bis die Einstellungsphase vorbei ist. Nach etwa vier bis sechs Wochen ist es durchaus vertretbar – besonders, wenn eine Blutdruck-Selbstmessung vorgenommen wird – den Blutdruck in der Praxis alle vier bis sechs Wochen oder auch nur alle drei Monate zu kontrollieren.

FuP: *Wie oft sollte bei gesunden Menschen der Blutdruck gemessen werden?*

Krönig: Hier reicht eine Messung alle sechs Monate, es sei denn, es besteht eine familiäre Hochdruck-Belastung.

FuP: *Welche Tageszeit ist für eine Messung am besten geeignet?*

Krönig: Der späte Vormittag ist am günstigsten, da hier die maximale Wirkung der am Morgen eingenommenen Antihypertensiva zu erwarten ist.

FuP: *Viele Patienten haben ja bekanntlich einen „Praxis- oder Weißkittel-Hochdruck“. Wie können hier zuverlässige Werte ermittelt werden?*

Krönig: Etwa 20 bis 25 Prozent der Patienten sind von diesem Phänomen betroffen. Es handelt sich dabei um eine spezielle Streß-Situation, bei der die Patienten mit einer überschießenden Drucksteigerung reagieren. Um

zu klären, ob die Patienten lediglich in der Praxis oder im Krankenhaus krankhaft erhöhte Werte entwickeln, haben sich die Blutdruck-Selbstmessung und die Blutdruck-Langzeit-Messung bewährt.

FuP: *Einige Langzeitstudien haben ergeben, daß Personen, die unter diesem Phänomen leiden, auch Gefahr laufen, tatsächlich Bluthochdruck zu entwickeln ...*

Krönig: Ja, wir wissen heute, daß nach etwa drei bis vier Jahren über 50 Prozent dieser Patienten eine manifeste Hypertonie entwickelt haben. Es scheint sich dabei also um das Vorstadium einer manifesten Hypertonie zu handeln.

FuP: *Gibt es hier Unterschiede zwischen systolischem und diastolischem Blutdruck?*

Krönig: Nein. Sowohl der diastolische als auch der systolische Blutdruck steigen etwa gleich stark an.



Prof. Bernd Krönig: *Bei einem Praxis- oder Weißkittel-Hochdruck scheint es sich um das Vorstadium einer manifesten Hypertonie zu handeln.*



Aus dem Inhalt

Bernd Krönig:
Blutdruck-Selbstmessung am besten in Napoleon-Haltung **3**

Diskussionen um die beste antihypertensive Monotherapie gehen an der Praxis vorbei **8**

Frühzeitige Therapie bewahrt Patienten länger vor der Dialyse **9**

Christian Hausdorf, Harald Darius:
Clopidogrel plus ASS senkt auch langfristig Rate kardialer Ereignisse **12**

Bei Herzinsuffizienz ACE-Hemmer und Betablocker von Anfang an **18**

Crataegus-Extrakte erhöhen die körperliche Leistungsfähigkeit **21**

Werner O. Richter:
Therapieoptionen gegen zu viel Fett im Blut **22**

Kardiologische Studien-Highlights der nächsten Jahre **30**

Neues aus den Fachzeitschriften **32**

ASS-Resistenz: Macht es heute schon Sinn, danach zu suchen? **33**

Service **34**