

Leichen pflastern seinen Weg

Über den „stillen Killer Bluthochdruck“ informierten namhafte Experten rund 300 Besucher im Museum

Rolf Hartmann

Ihr Bluthochdruck liege bei 240 und trotzdem: „So schlecht fühle ich mich garnicht“, berichtete eine Patientin aus der Menge der rund 300 Besucher bei der WAZ-Sprechstunde im Museum. Da ging ein Raunen durch den großen Saal. Das, griff einer der Ärzte wie ein Stichwort auf, sei gerade das Trägerische am Bluthochdruck. Der agiere wie ein „stiller Killer“.

Ein Killer, der wichtige Organe wie Herz, Nieren und Gehirn bedroht, sagte Werner Conrad eingangs. Der Leiter der Bochumer WAZ-Redaktion moderierte wiederum das Medizin-Forum, diesmal als Partner des Medizinischen

„So schlecht fühle ich mich garnicht“

Qualitätsnetzes Bochum (Med-QN).

Als erster aus der Expertenrunde nannte Dr. Jan Börgel, Herzspezialist des St.-Josef-Hospitals, die vielfältigen Ursachen des Bluthochdrucks und hatte dabei auch weithin Unbekanntes zu bieten. Dass Bluthochdruck (Hypertonie) vor allem durch Rauchen, Übergewicht, Alkoholmissbrauch und mangelnde Bewegung ausgelöst wird, weil dabei Arterien Verengung und Verschluss drohen, mag sich herungesprochen haben. Für viele neu sind dagegen die „sekundären Ursachen“. Eine davon ist „der gestörte Schlaf“, wie Börgel es nannte. Schlafbezogene Atmungsstörungen, als Schlafapnoe bekannt. „Schon durch Schnarchen steigt der Blutdruck“, berichtete der Herzspezialist.

„Schon durch Schnarchen steigt der Blutdruck“

Schlimmer noch, wenn der Atem aussetze: „So eine Atempause ist für den Körper purer Stress.“ Oft passiere das in Rückenlage, weil dabei „der Gaumen zurückfällt“. Sein Tipp an Bluthochdruckpatienten:

„Lassen Sie sich auf Schlafstörungen kontrollieren.“ Auch Verengungen der Nierenarterien können Auslöser sein.

„An Bluthochdruck gestorben – Dr. Gerold Metzger zieht eine Schadensbilanz,“ leitete Conrad zum nächsten Experten über. Metzger, niedergelassener Herzspezialist



Große Fragerunde im großen Saal des Museums, nachdem die vier Medizinexperten über Bluthochdruck gesprochen hatten. WAZ-Redaktionsleiter Werner Conrad konnte sich als Moderator über Bewegungsmangel nicht beklagen.

WAZ-Bilder: Nikos Kimerlis

in Bochum, machte es sehr anschaulich. Der Hochleistungsmotor Herz pumpe jeden Tag 9000 Liter Blut durch den Körper, soviel, wie in eine vier Meter hohe Regentonne passe. Wenn das Herz dabei gegen Bluthochdruck ankämpfe, sei das „sehr anstrengend“.

Gretchenfrage: Welcher Blutdruck ist normal? Bei 140 zu 90 fängt der Bluthochdruck an, sagte Metzger. „Und wenn man zuhause misst, sind es 135 zu 85.“

„15 Millionen Menschen haben in Deutschland Bluthochdruck, 12 Millionen wissen davon, aber nur unter fünf Millionen lassen ihn behandeln,“ bedauerte der Herzspezialist. Dabei sei heutzutage schon jeder zweite 65-Jährige davon betroffen. Die arterielle Hypertonie sei weltweit die häufigste Todesursache. Bei einem Herzinfarktverdacht gebe es nur eins: „Niemals zögern. Immer, immer, immer 112 anrufen.“

Eine Menge Ernährungstipps hatte die in Bochum niedergelassene Nierenspezialistin Sabina Doevelaar auf Lager: Dabei warnte sie vor Salz. Und zählte geeignete Bewegungsformen auf: Walking, Joggen, Radfahren, Schwimmen, Rudern. Aber auch Golf, Gymnastik und Tischtennis.

Den Expertenreigen beschloss Prof. Dr. Dirk Bokemeyer, Chefarzt für Nieren- und Hochdruckkrankheiten der Augusta-Krankenanstalt.

Ergab eine „Zeitreise“, die erste Blutdruckmessung geschah 1671 bei einem Pferd. Spätere „Patienten“ waren prominenter - Churchill, Roosevelt und Stalin: „Alle drei hatten Bluthochdruck.“ Bei der Schilderung möglicher Medikamente wie Betablocker oder Wasser- tabletten erwähnte er die „größte Studie mit 42 418 Patienten über sieben Jahre“. Sein Credo: „Der Blutdruck muss runter. Nur dadurch verlängert sich das Leben.“



Aufmerksam verfolgten rund 300 Besucher die informativen Vorträge der vier Bluthochdruck-Spezialisten.

BLUTHOCHDRUCK

Mehr Informationen

Mehr Informationen zum Thema Bluthochdruck gibt es im Internet u.a. auf den Seiten der Deutschen Hochdruckliga DHL – Deutsche Hypertonie Gesellschaft unter www.hochdruckliga.de. Sie ist auch so zu erreichen: ☎ 06221-5 88 55 0, Berliner Str. 46, 69120 Heidelberg

Die Vorlagen für die Vorträge der WAZ-Sprechstunde Gesundheit in Bochum vom 4. Juni können Sie in Kürze ebenfalls im Internet finden – auf den Seiten des Medizinischen Qualitätsnetzes Bochum: www.medqn.de



Zum Schluss des zweieinhalbstündigen Veranstaltung stellten sich die Mediziner erneut den Fragen des Publikums: Von links im Bild: Dr. Gerold Metzger, Prof. Dr. Dirk Bokemeyer, Nierenspezialistin Sabina Doevelaar und Dr. Jan Börgel.