

Bluthochdruck rechtzeitig

marcus-Interview mit dem Rudolstädter Allgemeinmediziner Dr. med. Martin Brüggemann-Wenzel zur Volkskrankheit Bluthochdruck.

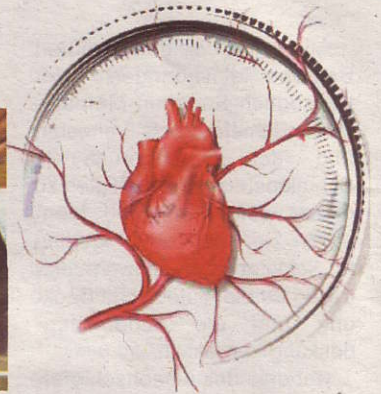


Herr Dr. Brüggemann-Wenzel, schätzungsweise an die 20 Millionen Deutsche sind von der Krankheit Bluthochdruck betroffen. Worin liegen die Ursachen der Erkrankung?

Da gibt es zwei große Gruppen: Bei etwa fünf Prozent der Betroffenen ist die Ursache eine Nieren- oder Drüsenerkrankung. Bei den restlichen 95 Prozent gibt es keine Ursache im engeren Sinne, man spricht hier vom essentiellen Bluthochdruck. Er tritt willkürlich, meist aber unter bestimmten begünstigenden Faktoren auf.

Mit welchen Erscheinungen geht das Krankheitsbild einher?

An und für sich mit keinerlei direkten Symptomen. Doch das ist die Gefahr: Der Bluthochdruck selbst verursacht keine Schmerzen und kann viele Jahre unbemerkt bleiben. Doch irgendwann kommt es zu gefährlichen Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Direkte Symptome des Bluthochdrucks, wie eine starke Gesichtsrötung, Kopf-



schmerzen oder das Platzen von Blutgefäßen in der Bindehaut des Auges, schlimmstenfalls auch im Gehirn, treten meist nur bei Bluthochdruckkrisen auf, die selten sind.

Sie sprachen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Welche wären das?

Infarkte, also Absterbungsprozesse, die prinzipiell alle Organe des Körpers betreffen können. Beim Herz spricht man dann vom Herzinfarkt, beim Gehirn vom Schlaganfall; bei den Nieren kommt es zum Nierenversagen und bei der Netzhaut zur Erblindung. Die Ursache dieser Infarkte ist in einer zunehmenden Verengung der Gefäße durch Ablagerung von Cholesterin und Kalk zu sehen, die wiederum eine Folge des Bluthochdrucks ist. Eine andere Folge ist ein regelrechtes "Ausleiern" des Herzmuskels aufgrund des hohen Blutdrucks.

Diese Herzmuskelerweiterung kann zu erheblichen Störungen der Funktion unserer menschlichen Blutpumpe, dem Herzen, führen.

Was genau "passiert" eigentlich bei Bluthochdruck?

Stellen Sie sich einmal den Kreislauf einer Zentralheizung vor. Dann ist die Heizung unser Herz, die Heizkörper sind unsere Organe und die Heizungsrohre mit den Thermostaten entsprechen den Blutbahnen. Das Wasser in den Heizungsrohren entspricht unserem Blut und das mehrgeschossige Haus, das von der Heizung versorgt wird, lässt sich mit unserem Körper vergleichen. Wenn nun auch Wasser in den oberen Heizkörpern ankommen soll, bei uns Menschen entsprechen diese

dem Gehirn, so dürfen die Thermostate in den unteren Geschossen nicht ganz geöffnet sein - sonst kann die Heizung noch so stark pumpen und oben kommt dennoch nichts an, weil alle Flüssigkeit in den unteren Etagen zirkuliert.

Die Diagnose lautet dann niedriger Blutdruck. Beim Bluthochdruck ist das Gegenteil der Fall: Weil alle Thermostate auf niedrigster Stufe eingestellt sind, entsteht ein hoher Widerstand im gesamten Kreislauf, der vom Herzen einen hohen Druck abverlangt, um das ganze System zu versorgen.

Zwar kommt jetzt genug Flüssigkeit auch in den oberen Etagen an, dafür wird sowohl die Pumpe als auch das Leitungssystem (also die Gefäße) mit hohem Druck belastet, was - wie in der Technik - zu vorzeitigem Verschleiß führen kann.

Das falsche Regulieren der Thermostate oder bei uns eben der Blutbahnen verursacht stark vereinfacht ausgedrückt, den Bluthochdruck.

Sind Männer und Frauen gleichermaßen von Bluthochdruck betroffen?

Im Prinzip ja. Lange Zeit dachte man, Bluthochdruck und die daraus resultierenden Herz-Kreislauf-Erkrankungen seien vorwiegend "Männersache". Doch dies ist falsch.

Heute wissen wir, dass Frauen bis zu den Wechseljahren hormonell in gewissem Maße vor den Auswirkungen des Bluthochdrucks geschützt sind.

Wenn nach den Wechseljahren der Gefäßschutz durch die Östrogene wegfällt, holen Frauen aber schnell auf und haben

Anzeige

28

Ihre Ernährungs- und Gewichtsspezialisten in Saalfeld

INJOY

INTERNATIONAL SPORTS- & WELLNESSCLUBS

Saalfeld • Stauffenbergstraße 51

☎ 0 36 71 / 67 25 99 • www.injoy.de



GUTSCHEIN

für 8 Herz-Kreislauf-Trainingstage

gültig bis 31.08.2004

für Kennenlerner ab 18 Jahre

Einzulösen im INJOY Saalfeld