

## Behandlung des hohen Blutdruckes

Meistens wird Hochdruck mit einer Diät, Medikamenten oder einer Kombination von diesen beiden behandelt. Bei wenigen Patienten kann eine Operation helfen. Die Wahl der Behandlung hängt mit der Ursache und mit dem Schweregrad des Hochdruckes zusammen. Es gibt mehrere Arten von blutdrucksenkenden Medikamenten, die unterschiedlich wirken und manchmal kombiniert werden. Bei einem stark erhöhten Blutdruck wirkt eine Kombination meistens am besten. Wie andere Arzneimittel können Hochdruckmittel auch zu Nebenwirkungen führen. Wenn der Hochdruck an sich nicht zu Beschwerden geführt hat und die Medikamente zu unerwünschten Nebenwirkungen führen, ist es verständlich, dass es für manche Patienten schwierig ist, die Therapie einzuhalten. Besprechen Sie eventuelle Probleme immer mit Ihrem Arzt. Es ist gefährlich, die Medikamente ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt abzusetzen.

### Was können Sie tun?

Neuer Lebensstil für einen „besseren“ Blutdruck:

- Verringerung von Übergewicht
- Mehr körperliche Bewegung
- Diät mit weniger Salz und Alkohol
- Vermeidung von „Stress“
- Nicht rauchen



Die Deutsche Nierenstiftung hat folgende Informationsfaltblätter herausgegeben:

- 1 Prävention und Früherkennung
- 2 **Bluthochdruck und Niere**
- 3 Diabetes und Nierenerkrankungen
- 4 IgA-Nephritis
- 5 ANCA-assoziierte Vaskulitis  
-Entzündung der Blutgefäße
- 6 Zystennieren
- 7 Das nierenkranke Kind
- 8 Hämodialyse
- 9 Bauchfelldialyse CAPD
- 10 Nierentransplantation
- 11 Lebend-Nierenspende
- 12 Organspende
- 13 Blutarmut bei Dialysepatienten
- 14 Schwangerschaft und Nierenerkrankungen
- 15 Vitamin-D und Nierenerkrankungen
- 16 Nierensteine
- 17 Schrumpfnieren
- 18 Gefäßzugänge für die Hämodialyse
- 19 CCPD
- 20 Harnwegs- und Blasenentzündung
- 21 Ernährung bei Nierenerkrankungen
- 22 Nephrotisches Syndrom
- 23 Morbus Fabry
- 24 Nierenschäden bei Sklerodermie
- 25 Bewegung und Sport zur Prävention und Rehabilitation

Diese Faltblätter können bei der Deutschen Nierenstiftung bestellt werden. Die Preise für Mitglieder und Nichtmitglieder sind aktuell bei der Deutschen Nierenstiftung zu erfragen.



### Deutsche Nierenstiftung

c/o Klinikum Darmstadt  
Grafenstrasse 9  
64283 Darmstadt  
Tel. 06151/78 074 - 0  
Fax 06151/78 074 - 29  
www.nierenstiftung.de  
info@nierenstiftung.de

02-DNS-07/2009

# Bluthochdruck und Niere



DEUTSCHE  
NIERENSTIFTUNG

### Spendenkonto Deutsche Nierenstiftung

Dresdner Bank Mannheim, Kto: 6 576 692 00 BLZ 670 800 50

Nierenerkrankungen  
und Behandlung

## Bluthochdruck und Niere

Nieren und Blutdruck hängen eng zusammen. Eine Nierenkrankheit kann sowohl Ursache als auch Folge eines Hochdrucks sein. In dieser Broschüre werden Auskünfte über den Zusammenhang zwischen Nieren und Blutdruck gegeben.

### Was ist Blutdruck?

Der Blutdruck ist der Druck, der in den Schlagadern (Arterien) auf die Gefäßwände ausgeübt wird. Dieser Druck lässt das Blut vom Herzen zu den Organen, wie z.B. Gehirn, Nieren und Darm fließen. Der Arzt misst den oberen Blutdruckwert oder systolischen Druck und den unteren Blutdruckwert oder diastolischen Druck.

Der obere Blutdruckwert wird erreicht, wenn das Herz sich zusammenzieht und das Blut dadurch vorwärtsgetrieben wird. Der untere Blutdruckwert ist der niedrigste Druck im Arteriensystem und entsteht, wenn das Herz sich entspannt und wieder gefüllt wird. Bei der Wiedergabe des Ergebnisses von einer Blutdruckmessung wird zuerst der systolische und dann der diastolische Wert angegeben, z.B. 120/80mmHg.

Der Blutdruck ist abhängig von Alter und Geschlecht und schwankt im Tagesverlauf. Im Allgemeinen wird bei Erwachsenen von Hochdruck gesprochen, wenn mehrere Blutdruckmessungen über 140/90 vorliegen. Die Diagnose Hochdruck oder Hypertonie kann nie auf Grund einer einzelnen Messung gestellt werden, sondern muss durch wiederholte Messungen bestätigt werden. Ihr Arzt kann dazu eine 24-Stunden-Messung mit Hilfe eines tragbaren Gerätes anordnen.

Ihr Blutdruck sollte mindestens einmal jährlich kontrolliert werden. Wenn diese Werte zu hoch sind, wird Ihr Arzt Ihnen zunächst zusätzliche Messungen empfehlen.

### Wie entsteht Bluthochdruck?

Viele Krankheiten können Hochdruck verursachen. Bei den meisten Patienten mit Hochdruck ist jedoch keine organische Erkrankung als Ursache festzustellen. Folgende Personen können potentiell zur Hochdruck-Risikogruppe gehören:

- ältere Personen
- Personen mit Hochdruck in der Verwandtschaft
- übergewichtige Personen
- Menschen mit Zuckerkrankheit (Diabetes)
- Menschen mit einer Nierenerkrankung
- Personen, die sich salzreich ernähren
- Frauen, die „die Pille“ nehmen

Männer haben häufiger Bluthochdruck als Frauen.

### Warum muss Hochdruck behandelt werden?

Wichtige Organe wie Herz, Gehirn, Augen und Nieren können durch einen unbehandelten Hochdruck ernsthaft geschädigt werden. Hochdruck kann Herzinfarkte, Schlaganfälle und Nierenversagen verursachen. Das Fehlen von Beschwerden in den ersten Jahren nach dem Entstehen des Hochdruckes ist besonders heimtückisch.

Wenn ein Organschaden durch Hochdruck bereits entstanden ist, können folgende Symptome auftreten:

- Kopfschmerzen
- Nasenbluten
- Kurzatmigkeit
- Sehbehinderungen
- Brustschmerzen

Die meisten Nierenkrankheiten, die die Nierenfunktion beeinträchtigen, führen auch zu Hochdruck. Bei verringerter Nierenfunktion steigt meistens der Blutdruck an. Der Hochdruck an sich führt dann sehr häufig zu weiteren Nierenschäden. In den letzten Jahren hat man entdeckt, dass vor allem bei Patienten mit zuviel Eiweiß im Urin die negative Auswirkung des Hochdruckes auf die Nierenfunktion besonders ausgeprägt ist. Um diesen Teufelskreis durchbrechen zu können, ist eine genaue Blutdruckeinstellung bei diesen Patienten unbedingt erforderlich. Es wurde nachgewiesen, dass eine richtige Behandlung des Hochdruckes die Dialysepflichtigkeit bei diesen Patienten um Jahre verzögern kann.

Bei Hochdruck und eingeschränkter Nierenfunktion sollten Sie sich regelmäßig von Ihrem Hausarzt in Zusammenarbeit mit einem Facharzt für Innere Medizin und Nierenerkrankungen (Nephrologen) untersuchen lassen, auch wenn keine Beschwerden vorhanden sind.

### Welche Untersuchungen sollen bei Hochdruckpatienten durchgeführt werden?

Bei Kindern oder Erwachsenen unter 40 Jahren ist Hochdruck selten. Deshalb ist es bei dieser Gruppe wichtig, mit Hilfe von Blut und Urinuntersuchungen, Ultraschalluntersuchungen und eventuell zusätzlichen radiologischen Untersuchungen festzustellen, ob eine Nierenerkrankung zugrunde liegt. Bei jungen Patienten mit schwer behandelbarem Hochdruck ist es vor allem wichtig, eine Verengung einer der Nierenarterien auszuschließen. Eine Verengung der Nierenarterien (Nierenarterienstenose) kann mit Hilfe radiologischer oder operativer Verfahren heutzutage erfolgreich behandelt werden mit günstigen Folgen für Blutdruck und Nierenfunktion.