

## Pressemitteilung

# Fast jeder Dritte in Schleswig-Holstein leidet an zu hohem Blutdruck

## Unzureichend therapierter Bluthochdruck: Risikofaktor für Schlaganfall und Herzinfarkt

Kiel, 06.05.2024

In Schleswig-Holstein leidet fast jeder Dritte an zu hohem Blutdruck. Das geht aus einer aktuellen Auswertung der AOK NordWest hervor. Danach waren in 2022 insgesamt 664.400 Menschen ab 20 Jahren an Bluthochdruck, der sogenannten Hypertonie, erkrankt. Das sind 27,7 Prozent der Gesamtbevölkerung im nördlichsten Bundesland. Die hohe Betroffenheit zeigt sich auch bei der Verordnung von Arzneimitteln: Für alle gesetzlich Krankenversicherten in Schleswig-Holstein verordneten die niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte in 2023 insgesamt 5,3 Millionen Packungen blutdrucksenkender Mittel. Damit entfielen fast ein Viertel (23,3 Prozent) aller Verordnungen im Fertigarzneimittelmarkt auf Blutdruck-Senker. „Medikamente, die den Blutdruck senken, sind unverändert die am meisten verordneten Arzneimittel in Schleswig-Holstein“, sagt Vorstandschef Tom Ackermann anlässlich des Welt-Hypertonie-Tages am 17. Mai. Insgesamt zahlten die gesetzlichen Krankenkassen in Schleswig-Holstein dafür in 2023 über 123 Millionen Euro.

### **Mehr Frauen als Männer betroffen**

Die Auswertung zeigt, dass ein zu hoher Blutdruck häufiger bei Frauen als bei Männern diagnostiziert wird. Die Prävalenz lag bei Frauen bei 29,07 Prozent, bei Männern 26,22 Prozent. Ein anhaltend und unzureichend therapierter Bluthochdruck zählt zu den Hauptrisikofaktoren für einen Schlaganfall, Herzinfarkt oder die Entstehung einer koronaren Herzkrankheit (KHK).

### **Medikamentöse Therapie**

Mit den heute verfügbaren Methoden ist Hypertonie gut behandelbar. Viele Betroffene erhalten eine medikamentöse Therapie, um den Blutdruck in den Griff zu

bekommen. „Manche kennen aber ihre Blutdruckwerte gar nicht. Das ist problematisch, denn nur diagnostizierte Patientinnen und Patienten haben auch die Chance, eine ärztliche Therapie zur Blutdrucksenkung und damit zur Vermeidung der Hypertoniefolgen zu erhalten“, sagt Ackermann. Bei der Einnahme ist wichtig, die Medikamente regelmäßig einzunehmen und auf keinen Fall ohne ärztliche Rücksprache abzusetzen.

### **Gesunder Lebensstil mit positiven Auswirkungen**

Neben der regelmäßigen Medikamenteneinnahme, ist auch eine gesunde Lebensweise entscheidend. „Da Risikofaktoren wie eine ungesunde Lebensweise veränderbar sind, ergibt sich ein hohes Präventionspotenzial. Ein gesunder Lebensstil trägt dazu bei, dass zu hohe Blutdruckwerte gesenkt werden. Im besten Fall benötigen Patienten dann überhaupt keinen Blutdruck-Senker mehr“, so Ackermann. Denn durch einen gesunden und möglichst stressfreien Lebensstil mit einer abwechslungsreichen und salzarmen Ernährung, regelmäßiger Bewegung, wenig Alkohol, einer deutlicher Reduzierung von Übergewicht und dem Verzicht auf Nikotin lässt sich ein zu hoher Blutdruck günstig beeinflussen und manchmal sogar vermeiden.