

Medikamente gegen Bluthochdruck

Bluthochdruck ist eine große Belastung für das Herz-Kreislauf System und einer der wichtigsten Risikofaktoren für Herzinfarkte, Schlaganfälle, Nierenschäden und andere Komplikationen. Daher ist es wichtig, den Blutdruck richtig einzustellen – vor allem bei Menschen mit weiteren Vorerkrankungen. Reichen allgemeine Maßnahmen wie Bewegung und eine gesunde Ernährung nicht aus, werden Medikamente notwendig.

Dabei gibt es nicht nur ein einziges Arzneimittel, das hilft – verschiedene Wirkstoffe setzen an unterschiedlichen Stellen im blutdruckregulierenden System an:

Diuretika (Entwässerungsmittel) sorgen dafür, dass die Nieren mehr Wasser ausscheiden und verringern so das Flüssigkeitsvolumen im Kreislauf. Die Gefäße werden entlastet und der Blutdruck sinkt.

Betablocker hemmen die Wirkung bestimmter „Stresshormone“ (Adrenalin, Noradrenalin) auf das Herz und senken so Herzfrequenz und Blutdruck.

Kalzium-Antagonisten verhindern, dass Kalzium in bestimmte Kanäle an den Blutgefäßen einströmen und ihnen das Signal

zum Engstellen übermitteln kann. Die Gefäße entspannen sich und der Blutdruck sinkt.

ACE-Hemmer drosseln über ein bestimmtes Enzym die Herstellung des Hormons Angiotensin II, das die Blutgefäße engstellt und so den Blutdruck steigert.

AT1-Rezeptorbocker (Sartane) verhindern die Wirkung von Angiotensin II, indem sie seine Andockstellen (Rezeptoren) blockieren.

Diese Medikamente können entweder einzeln oder in bestimmten Kombinationen zum Einsatz kommen. Zudem gibt es eine Reihe weiterer Wirkstoffe wie Reninhemmer und Alphablocker, die heute eher als Reservemedikamente gelten. Für Notfälle, wenn Ihr Blutdruck plötzlich sehr stark ansteigt (sog. hypertensive Krise), kommen Kapseln oder Spray, die den Wirkstoff Nitroglycerin enthalten, infrage. Welche Wirkstoffe in welcher Kombination sinnvoll sind, hängt von verschiedenen Faktoren (z.B. den Vorerkrankungen) ab. In der Praxis besprechen wir gemeinsam, welche Medikamente speziell für Sie geeignet sind. Wenn Sie Fragen zur Einnahme oder den Nebenwirkungen haben, sprechen Sie uns gerne darauf an.

Blutdruck-Anstieg. Wann Sie sofort zum Arzt müssen

Bei einem plötzlichen Blutdruckanstieg über 230 / 130 mmHg sprechen Mediziner von einer hypertensiven Krise. Im Gegensatz zum dauerhaften Bluthochdruck, der die Gefäße nach und nach schädigt, ist eine hypertensive Krise eine akute Gefahr für die inneren Organe – vor allem das Herz und das Gehirn. Werden diese durch den plötzlich hochschießenden Blutdruck geschädigt, handelt es sich um einen hypertensiven Notfall.

Typischerweise treten solche Entgleisungen des Blutdrucks bei starken Stress und Panikattacken auf. In vielen Fällen haben die Betroffenen selbstständig ihre Blutdruck-Medikamente reduziert, abgesetzt oder vergessen. Auch andere Medikamente, exzessiver Alkoholkonsum und Drogen können zu einer hypertensiven Krise führen. Setzen Sie daher bitte nie Ihre Medikamente ab, ohne dies vorher genau mit uns abzusprechen!

Achten Sie außerdem auf die Neben- und Wechselwirkungen von anderen Arzneimitteln, die Sie einnehmen.

Typische Symptome einer hypertensiven Krise oder eines hypertensiven Notfalls sind zum Beispiel: Kopfschmerzen, Brustschmerzen, Atemnot, Nasenbluten, Benommenheit.

Manchmal fallen aber auch gar keine Beschwerden auf. Messen Sie bei Verdacht auf eine hypertensive Krise am besten Ihren Blutdruck. Sind die Werte extrem hoch (über 230/130 mmHg), kommen Sie entweder sofort in die Praxis oder rufen Sie einen Notarzt. Oft bleibt so eine Entgleisung zwar ohne Folgen, aber zur Sicherheit sollten Sie ärztlich beobachtet werden. Gegebenenfalls müssen wir den Blutdruck mit Medikamenten kontrolliert senken.

Praxis-Tipp: Blutdruck messen

Um Ihren Blutdruck selber zu messen, nutzen die meisten Menschen ein handelsübliches digitales Messgerät fürs Handgelenk. Das reicht für zu Hause meist auch völlig aus. Achten Sie beim Kauf allerdings auf das Prüfsiegel von der Deutschen Hochdruckliga. Schalten Sie das Gerät erst an, wenn Sie 3 bis 5 Minuten ruhig sitzen und halten Sie es während der Messung ungefähr auf Herzhöhe.

