

Start der Nationalen Blutdruck-Offensive der Schweizerischen Herzstiftung

Blutdruck messen – nicht vergessen!



Mit einer Medienorientierung und einer Blutdruckmessaktion für die Mitglieder des Parlaments und die Bevölkerung wird am 27. Mai auf dem Bundesplatz in Bern die Nationale Blutdruck-Offensive lanciert. Die Schweizerische Herzstiftung will damit die Bevölkerung aller Landesteile auf die Bedeutung der Blutdruckwerte und deren jährlicher Messung aufmerksam machen. Die Nationale Blutdruck-Offensive steht unter dem Patronat des Bundesamts für Gesundheit (BAG) und der Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte (FMH).

Heinrich Mattle^a,
Jürg Nussberger^b,
Caroline Hobi^c,
Therese Junker^d

a Prof. Dr. med., Universitätsklinik für Neurologie, Inselspital Bern, Mitglied des Stiftungsrats und Vorsitzender der Hirnschlagkommission der Schweizerischen Herzstiftung

b Prof. Dr. med., CHUV, Lausanne, Präsident der Schweizerischen Hypertonie-Gesellschaft und Mitglied der Projektgruppe Blutdruck-Offensive der Schweizerischen Herzstiftung

c Dr. phil., Schweizerische Herzstiftung, Projektleiterin Programme

d Schweizerische Herzstiftung, Geschäftsführerin

* Schweizerische Gesellschaft für Allgemeinmedizin (SGAM), Schweizerische Gesellschaft für Innere Medizin (SGIM), Schweizerische Hypertonie-Gesellschaft (SHG), Schweizerische Gesellschaft für Kardiologie (SGK), Zerebrovaskuläre Arbeitsgruppe der Schweiz (ZAS)

Korrespondenz:

Dr. phil. Caroline Hobi
Schweizerische Herzstiftung
Schwarztorstrasse 18
CH-3000 Bern 14
Tel. 031 388 80 96
Fax 031 388 80 88

hobi@swissheart.ch

www.swissheart.ch

Unter den traditionell bekannten Risikofaktoren für Gefässkrankheiten kommt dem Bluthochdruck eine besondere Bedeutung zu. Für praktisch jede Gefässkrankheit ist er ein gewichtiger Risikofaktor, dies gilt insbesondere für den Hirnschlag, aber auch für Herz- und Nierenkrankheiten. Fast jeder zweite Patient in der Hausarztpraxis ist hyperten [1]. Von 1000 repräsentativen Patienten aus 20 Schweizer Hausarztpraxen wiesen in einer Basler Studie 46 Prozent eine arterielle Hypertonie auf [2]. Der Anteil der Personen mit erhöhtem Blutdruck steigt mit zunehmendem Alter. 39 Prozent der 55-jährigen Männer und 32 Prozent der Frauen haben eine Hypertonie, und nach dem 75. Lebensjahr gar 54 Prozent der Männer und 55 Prozent der Frauen [3]. Medikamentös gegen Bluthochdruck behandelt werden in der Schweiz nur 9 Prozent der Männer und 11 Prozent der Frauen, d. h. kaum die Hälfte aller Personen mit einem ärztlich diagnostizierten Bluthochdruck [4]. Diese Zahlen sind bedenklich und rufen nach gezielten Massnahmen der Vorbeugung und Behandlung. Diesem Zweck dient die Blutdruck-Offensive der Schweizerischen Herzstiftung in Zusammenarbeit mit medizinischen Fachgesellschaften* und dem Schweizerischen Apothekerverband pharmaSuisse.

Die Ziele der Offensive

Die Folgen einer nicht oder ungenügend behandelten Hypertonie sind schwerwiegend: Hirnschlag, Herzinfarkt, Angina pectoris, Herzinsuffizienz und Niereninsuffizienz sind die häufigsten Auswirkungen. Für die Behandlung des Blutdrucks stehen dem Arzt heute – neben nichtmedikamentösen Massnahmen – viele Substanzen und Medikamente mit unterschiedlichen Angriffspunkten zur Verfügung, die fast immer eine gute und oft nebenwirkungsfreie Blutdrucksenkung erlauben. Umso mehr erstaunt die grosse Zahl der Menschen, die ihren Blutdruck nicht regelmässig messen oder einen erhöhten Blutdruck missachten und der ebenfalls nicht zu unterschätzende Anteil (bis 50%)

jener erfassten Hypertoniker, deren Blutdruck nur ungenügend gesenkt wird. Die Offensive hat sich deshalb folgende Ziele gesetzt:

Für die Bevölkerung

- Die Menschen in unserem Land sind sich bewusst, dass Bluthochdruck ein wichtiger Risikofaktor für Hirnschlag und für weitere Herz-Kreislauf-Krankheiten ist.
- Sie wissen, was ein erhöhter Blutdruck bedeutet und wie er erkannt wird.
- Sie kennen die Bedeutung des regelmässigen Blutdruckmessens.
- Sie sind sich bewusst, dass ein gesunder Lebensstil den Blutdruck senkt.
- Sie konsultieren bei erhöhtem Blutdruck den Arzt und nehmen verschriebene Medikamente zuverlässig ein.

Für die Grundversorger

- Die Grundversorger messen regelmässig den Blutdruck bei ihren Patienten.
- Sie geben der Behandlung des Bluthochdrucks ihrer Patienten eine hohe Priorität.

www.blutdruck-offensive.ch

Informationen zur Nationalen Blutdruck-Offensive sowie zu einzelnen Broschüren: Schweizerische Herzstiftung, Schwarztorstrasse 18, Postfach 368, 3000 Bern 14. Bestelltelefon 0900 553 144 (Fr. 1.50 pro Minute), Fax 031 388 80 88, E-Mail: docu@swissheart.ch

Die Nationale Blutdruck-Offensive kann dank der freundlichen Unterstützung der Firmen Novartis (Hauptsponsor), Boehringer-Ingelheim, MSD, Pfizer und Takeda (Sponsoren) sowie Omron (Blutdruckmess-Gerätesponsor) realisiert werden.

- Sie kennen die Zielblutdruckwerte für Patienten und einzelne Risikogruppen.
- Sie informieren über vorbeugende Massnahmen wie regelmässige Bewegung und gesunde Ernährung.

Zwei strategische Ansätze

Die Blutdruck-Offensive verfolgt eine Doppelstrategie, die einerseits auf die Gesamtbevölkerung und andererseits auf Einzelpersonen abzielt. Die Bevölkerung soll den Lebensstil anpassen, um dem Bluthochdruck vorzubeugen, und sie soll den Blutdruck messen (lassen) – mindestens einmal jährlich ab dem 18. Altersjahr. Die Einzelpersonen sollen durch die Offensive über die Grundversorger auf eigene Risikofaktoren und deren Verminderung hingewiesen werden. Die Schweizerische Herzstiftung stellt den Ärzten Informationsmittel zur Verfügung, welche ihnen helfen, die Patienten aufzuklären und damit erfolgreicher zu behandeln, weil gut informierte Patienten die Medikamente eher einnehmen (verbesserte Behandlungstreue oder Compliance). Das Motto «Blutdruck messen – nicht vergessen!» richtet sich also auch an den Arzt. Er möge den Blutdruck messen und – falls nötig – behandeln.

Die Massnahmen der Bevölkerungsoffensive

Der Schwerpunkt der Bevölkerungsoffensive liegt auf der Blutdruckwoche vom 2. bis 10. Juni, an der sich rund 800 Apotheken in der ganzen Schweiz beteiligen. Die Blutdruckoffensive und die Blutdruckwoche werden mit einer Medienorientierung auf dem Bundesplatz in Bern und anschliessender Messaktion für die Parlamentarierinnen und Parlamentarier eingeleitet. Mit kurzen Radiospots in den Lokalradios wird die Bevölkerung auf die Blutdruckwoche aufmerksam

Und das können Sie als medizinische Fachperson für die Blutdruck-Offensive tun

- Weisen Sie Ihre Patienten auf den Zusammenhang zwischen Bluthochdruck und Hirnschlag, Herzinfarkt und anderen Herz- und Gefässerkrankungen hin.
- Messen Sie bei erwachsenen Patienten ab 18 Jahren den Blutdruck regelmässig.
- Machen Sie Ihre Patienten auf Präventionsmöglichkeiten (gesunde Ernährung, regelmässige Bewegung) aufmerksam.
- Erklären Sie Ihren Patienten, warum eine konsequente Therapie wichtig ist.
- Empfehlen Sie Ihren Hypertoniepatienten die Blutdruckselbstmessung zu Hause. Einfach zu bedienende vollautomatische Geräte sind im Fachhandel erhältlich.

gemacht und zur Messung aufgefordert. An rund 600 Poststellen der Schweiz werden Wettbewerbskarten an die Kunden verteilt mit einem Appell, den Blutdruck in einer Apotheke messen zu lassen. In den Apotheken werden die Besucher und Besucherinnen vor der Messung zu ihrem Tabak-, Ernährungs- und Bewegungsverhalten befragt. Sie erhalten eine Broschüre mit Tipps zur Hypertonieprävention. Diese wohl grösste bislang in der Schweiz durchgeführte Blutdruckmessaktion – es wird mit 50000 Teilnehmenden gerechnet – wird vom Bundesamt für Gesundheit ausgewertet und soll Daten zu Ernährungsgewohnheiten (u. a. Salzkonsum), Bewegung und Tabakkonsum liefern. Auf den Start der Blutdruck-Offensive hin wird die Schweizerische Herzstiftung eine Blutdruckwebseite aufschalten (www.blutdruck-offensive.ch). An die Blutdruckwoche schliesst sich die Medienarbeit an. Mehrere Laienartikel nehmen das Thema auf und halten den Blutdruck in der Öffentlichkeit im 2009 weiter im Gespräch. Als Fortsetzung der Blutdruck-Offensive plant das Bundesamt für Gesundheit, ab 2010 eine Salzstrategie umzusetzen. Diese hat eine verminderte Kochsalzaufnahme zum Ziel und soll eine weitere deutliche Blutdrucksenkung in der Bevölkerung bewirken.

Wie Sie als Arzt oder Ärztin die Offensive unterstützen können

Anfang Mai erhielten alle Ärzte, für die Bluthochdruck im Arbeitsalltag wichtig ist, von der Schweizerischen Herzstiftung zwei Broschüren, eine betreffend Primärprävention für Blutdruckgesunde und eine für Hypertoniepatienten. Als Fachinformation publiziert das «Schweizerische Medizin Forum» eine 11-teilige Artikelserie über verschiedene Formen, Folgen und Begleitumstände der Hypertonie (www.medicalforum.ch oder www.blutdruck-offensive.ch oder www.swisshypertension.ch). Zudem wird das Thema Bluthochdruck an verschiedenen Kongressen und Fortbildungen, u. a. am SGIM-Jahreskongress in Basel, in Form von Vorträgen, Seminaren und Workshops, eingebunden.

Literatur

- 1 Benedict M, Tschudi P. Hypertonie-Daten direkt aus der Hausarzt-Praxis. *Kardiovaskuläre Medizin*. 2007;10(11):375-6.
- 2 Belly K, et al. Hindernisse in der Praxis bei der Umsetzung der Dyslipidämie-Richtlinien. Poster. SGIM-Kongress, Basel, 2007.
- 3 Schweizerische Gesundheitsbefragung. Neuenburg: Bundesamt für Statistik; 2007.
- 4 Schweizerische Gesundheitsbefragung. Neuenburg: Bundesamt für Statistik; 2002.