PRESSEMITTEILUNG

HERAUSGEBER
KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V.
Martin-Behaim-Str. 20
63263 Neu-Isenburg

PRESSESTELLE
Ilja Stracke (Leitung)
Telefon: 06102/359-328

Claudia Brandt (Assistenz)
Telefon: 06102/359-464

presse@kfh.de
www.kfh.de

Welthypertonietag

Gesunde Nieren brauchen normalen Blutdruck

Bluthochdruck (Hypertonie) tut nicht weh – in den meisten Fällen verursacht er kaum spürbare Symptome. Dennoch kann er unbehandelt schwerwiegende Folgen für Gefäße und Organe wie Herz und Nieren haben. Eine frühe Diagnose und Therapie sind deshalb besonders wichtig. Obwohl die Erkrankung weit verbreitet ist – über 20 Millionen Menschen haben in Deutschland einen hohen Blutdruck – kennen viele ihre Blutdruckwerte nicht. Seit 20 Jahren macht der Welthypertonietag am 17. Mai auf die Gefahren der Erkrankung aufmerksam.

Neu-Isenburg, 13.05.2025. Insbesondere Männer ab ca. 55 Jahren und Frauen meist während oder nach der Menopause haben ein erhöhtes Risiko für einen Bluthochdruck, das heißt ihr Blutdruck in den Arterien ist dauerhaft erhöht. Ursache sind die Blutgefäße, die im Lauf des Lebens zunehmend an Elastizität verlieren. Auch Lebensstilfaktoren spielen dabei eine entscheidende Rolle: Wenig Bewegung, eine Ernährung mit viel Salz und Fett, erhöhter Alkohol-, Kaffee- oder Zigarettenkonsum, Übergewicht und anhaltender Stress befördern das vorzeitige Altern und die Schädigung des Gefäßsystems.

Folgen für die Nieren

Die Nieren reagieren als stark durchblutete Organe mit feinsten Blutgefäßen besonders empfindlich auf erhöhten Druck im Gefäßsystem. Die Beziehung zwischen Bluthochdruck und Nierenerkrankungen ist zudem komplex: Einerseits kann er die Nieren schädigen, indem das Gewebe, einschließlich der kleinen Filtereinheiten (Glomeruli), zerstört wird. Andererseits können die geschädigten Nieren wiederum den Blutdruck erhöhen – ein gefährlicher Kreislauf entsteht. Schreitet die Schädigung weiter voran, kommt es zum Nierenversagen. Meist wird die Nierenerkrankung erst im fortgeschrittenen Stadium entdeckt, weil auch hier die Betroffenen lange Zeit keine Symptome verspüren. Für eine Umkehr der Erkrankung ist es dann häufig zu spät und eine Dialysebehandlung (Blutwäsche) unvermeidbar.

Das eigene Risiko einschätzen

Normale Blutdruckwerte liegen zwischen 120 und 139 mmHg systolisch und zwischen 80 und 89 mmHg diastolisch. Bluthochdruck beginnt bei 140 mmHg systolisch und 90 mmHg diastolisch. Gesunde Nieren brauchen normalen Blutdruck. Es ist daher von herausragender Wichtigkeit, den eigenen Blutdruck regelmäßig zu messen und das persönliche Risiko für eine Nierenerkrankung zu kennen.

Informationsmaterial
Der Patientenratgeber "Bluthochdruck erkennen. Nieren schützen" steht auf www.kfh.de/patienteninformationen zum Download zur Verfügung. Die Broschüre und ein Blutdruckpass zur Dokumentation können auch per Mail unter info@kfh.de bestellt werden.

Fotolink
Bildunterschrift: Mithilfe eines Fragenkatalogs lässt sich das Risiko für Herz und Gefäße bestimmen. Interessierte finden im KfH-Patientenratgeber „Blutdruck erkennen. Nieren schützen.“ eine einfache Beschreibung dafür.

Das gemeinnützige KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V. steht für eine qualitativ hochwertige und integrative nephrologische Versorgung nierenkranker Patientinnen und Patienten. Es wurde im Jahr 1969 gegründet und ist damit zugleich der älteste und größte Dialyseanbieter in Deutschland. In mehr als 200 KfH-Zentren bundesweit, darunter 17 KfH-Nierenzentren für Kinder und Jugendliche, werden etwa 18.000 Dialysepatientinnen und -patienten sowie aktuell rund 75.000 Sprechstundenpatientinnen und -patienten umfassend behandelt.