

## PRESSEMITTEILUNG

**Welt Hypertonie Tag 2022**

### **Neue KfH-Patientenbroschüre „Bluthochdruck erkennen. Nieren schützen.“**

**#entdeckergesucht – fast jeder Dritte weiß nichts von seiner Bluthochdruckerkrankung! – mit dieser Jahreskampagne 2022 der Deutschen Hochdruckliga e.V. zum Welt Hypertonie Tags am 17. Mai soll auf die Wichtigkeit gesunder Blutdruckwerte aufmerksam gemacht werden. In der neuen Patientenbroschüre des KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e. V. werden hierzu Hintergrundwissen und praktische Tipps Interessierten und Betroffenen an die Hand gegeben.**

Neu-Isenburg, 13.05.2022. Fast jeder Dritte weiß nichts von seiner Bluthochdruckerkrankung, denn die Volkskrankheit verursacht anfangs meist keine Beschwerden. Das kann zu weiteren Erkrankungen führen. Bleibt Bluthochdruck lange Zeit unbehandelt, können Schädigungen an Herz, Gehirn, Augen und Nieren auftreten. So kann deutlich erhöhter Blutdruck Nierengewebe zerstören: Die Nieren können dann ihre Aufgaben – zum Beispiel die Reinigung des Bluts und die Regulierung des Blutdrucks – nicht mehr richtig erfüllen. Auch Menschen mit Nierenerkrankung entwickeln oftmals auf lange Sicht einen erhöhten Blutdruck, der dann wiederum die Nieren weiter schädigt – ein Teufelskreis, der frühzeitig unterbrochen werden sollte. Dem lässt sich jedoch gut gegensteuern: Bereits durch kleine Veränderungen im alltäglichen Leben, wie eine Ernährungsumstellung und regelmäßige Bewegung, kann der Blutdruck nachhaltig gesenkt werden.

#### **Was ist eigentlich Bluthochdruck?**

Als Blutdruck wird der Druck bezeichnet, mit dem das Blut vom Herzen durch die Arterien gepumpt wird. Er stellt die Sauerstoff- und Nährstoffversorgung des Körpers sowie aller lebenswichtigen Organe sicher. Die Anpassung des Blutdrucks an die unterschiedlichen Anforderungen des Körpers wird durch komplizierte Steuerungsmechanismen reguliert: Bei Anstrengung steigt die Leistung des Herzens und damit der Blutdruck, in der Entspannung normalisiert er sich wieder. Als optimal gelten bei Erwachsenen Werte von etwa 120/80 mmHg. Von

#### 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-dialyse.de  
www.kfh.de

Bluthochdruck spricht man, wenn bestimmte Erkrankungen, Erbanlagen oder auch z. B. Bewegungsmangel, Übergewicht, hoher Salz-, Alkohol- und Nikotinkonsum sowie Stress auch im Ruhestand zur dauerhaften Erhöhung des Blutdruckes – auf Werte von 140 / 90 mmHG oder darüber – führen.

**Neue KfH-Patientenbroschüre „Bluthochdruck erkennen. Nieren schützen.“**

Zum Welt Hypertonie Tag 2022 gibt das KfH die neue KfH-Patientenbroschüre „Bluthochdruck erkennen. Nieren schützen.“ heraus. Sie enthält wertvolle Tipps sowie Informationen, wie man Bluthochdruck erkennen kann und auf was beim richtigen Messen zu achten ist. Sie steht ab dem 17. Mai 2022 zum Download auf <http://www.kfh.de/infomaterial> oder kann unter [info@kfh-dialyse.de](mailto:info@kfh-dialyse.de) bestellt werden.

**[Fotolink Patientenbroschüre Bluthochdruck](#)**

**Bildunterschrift:** Die KfH-Patientenbroschüre „Bluthochdruck erkennen. Nieren schützen.“ gibt unter anderem Tipps dazu, wie es bereits durch kleine Veränderungen im alltäglichen Leben gelingen kann, den Blutdruck nachhaltig zu senken.

Das 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 über 200 KfH-Zentren werden rund 19.000 Dialysepatientinnen und -patienten sowie aktuell über 70.000 Sprechstundenpatientinnen und -patienten umfassend behandelt.