Stiller Killer: Bluthochdruck früh erkennen und gezielt behandeln

Bluthochdruck ist eine der häufigsten Ursachen für Herzinfarkt, Schlaganfall, Nierenschäden und Gefäßerkrankungen. Viele Betroffene spüren lange nichts davon. Gerade deshalb ist regelmäßiges Blutdruckmessen wichtig. Zum Welt-Hypertonie-Tag am 17. Mai informiert das Universitätsklinikum Freiburg über Warnzeichen, Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten. Am Campus Bad Krozingen bietet die Klinik für Kardiologie und Angiologie eine spezialisierte Versorgung im zertifizierten Hypertonie-Zentrum an. Dort werden Patient*innen betreut, deren Blutdruck schwer einstellbar ist oder bei denen eine besondere Ursache vermutet wird.

„Bluthochdruck ist gut behandelbar, wenn er rechtzeitig erkannt und individuell therapiert wird“, sagt Dr. Elias Noory, Leiter des Hypertonie-Zentrums der Klinik für Kardiologie und Angiologie des Universitätsklinikums Freiburg. „Besonders wichtig ist eine spezialisierte Abklärung, wenn der Blutdruck trotz Medikamenten dauerhaft erhöht bleibt.“

Wann Bluthochdruck gefährlich wird

Bei Bluthochdruck drückt das Blut dauerhaft zu stark gegen die Gefäßwände. Das belastet Herz, Gehirn, Nieren und Blutgefäße. Da sich Bluthochdruck oft ohne erkennbare Symptome entwickelt, ist es entscheidend, die eigenen Blutdruckwerte zu kennen und diese regelmäßig zu überwachen.

Beschwerden wie Schwindel, Atemnot, Kopfschmerzen oder innere Unruhe treten oft erst bei sehr hohen Werten auf. Viele Menschen bemerken erhöhte Werte daher spät. Regelmäßige Messungen zu Hause oder in der Arztpraxis helfen, Bluthochdruck früh zu erkennen und Folgeschäden zu vermeiden.

Seit 2022 ist die Hochdruckambulanz der Klinik für Kardiologie und Angiologie des Universitätsklinikums Freiburg unter Leitung von Dr. Noory als Hypertonie-Zentrum zertifiziert und ist damit eines von nur zwei zertifizierten Zentren in Südbaden. Die Zertifizierung bestätigt eine strukturierte Diagnostik, Erfahrung mit komplexen Verläufen und eine Behandlung nach aktuellen fachlichen Standards.

Im Hypertonie-Zentrum prüfen Ärzt*innen, ob Erkrankungen der Nieren, Hormone, Gefäße oder andere Faktoren den Bluthochdruck verursachen. Sie passen Medikamente an und berücksichtigen Begleiterkrankungen wie Diabetes, Herzschwäche oder Nierenerkrankungen. Wenn der Blutdruck trotz mehrerer Medikamente dauerhaft erhöht bleibt, kann eine sogenannte renale Denervation infrage kommen. Bei diesem Verfahren führen Ärzt*innen einen dünnen Katheter bis zu den Nierenarterien. Dort legen sie gezielt Nervenfasern still, die an einem Anstieg des Blutdrucks beteiligt sind. Dadurch sinkt der Blutdruck.

Lebensstil als Teil der Therapie

Ein zentraler Teil der Behandlung bleibt der Lebensstil. Regelmäßige Bewegung, weniger Salz, ein gesundes Körpergewicht, der Verzicht auf Nikotin und ein maßvoller Umgang mit Alkohol können den Blutdruck senken. Auch guter Schlaf und weniger Dauerstress helfen vielen Patient*innen. „Viele Patient*innen können ihre Werte bereits durch kleine, dauerhafte Veränderungen verbessern“, sagt Noory. „Entscheidend ist, dass die Maßnahmen zum Alltag passen und regelmäßig überprüft werden.“

Pressemitteilung

12.05.2026
Quelle: Universitätsklinikum Freiburg

Weitere Informationen

- Universitätsklinikum Freiburg