



## Bluthochdruck – die stille Gefahr!

**Dr. med. Thomas Koch**  
**Chefarzt Medizin**

Die Volkskrankheit hoher Blutdruck verläuft oft unbemerkt, schädigt aber Organe und Gefässe. In der Schweiz sind ca. 2 Millionen Menschen betroffen, hierunter viele Teenager und junge Erwachsene, Frauen, fitte und schlanke Menschen. Vielleicht haben Sie sogar selbst Bluthochdruck, wissen es nur nicht.

Denn oft spüren Patienten jahrelang nichts davon, dass ihr Blut mit zunehmend mehr Druck durch die Adern fliesst. Die Hypertonie wird deshalb manchmal «stiller Killer» genannt. Später können zunächst allgemeine Symptome auftreten wie Schwindel, Kopfschmerzen, Herzklopfen oder Herzstolpern, Kurzatmigkeit bei Belastung, Nervosität, manchmal auch Schlafstörungen.

Tag für Tag ein zu hoher Druck im Kreislauf – das überlastet auf Dauer jedoch das Herz und andere lebenswichtige Organe. Auch setzt die natürliche Gefässeralterung bei Bluthochdruck früher ein und schreitet schneller fort. Gefässe in Augen, Nieren, Herz, Gehirn, ja eigentlich überall verkalken vorzeitig (Arteriosklerose). Das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall ist deutlich erhöht.

Um die Spätschäden zu vermeiden sollte man seine Blutdruckwerte kennen!

In dem Vortrag soll über den hohen Blutdruck informiert werden und über die Möglichkeiten sowohl medikamentös als auch durch Lifestyle-Änderungen den Blutdruck zu senken.

Im Anschluss an den Vortrag können individuelle Fragen beantwortet werden.

**Datum:** Dienstag, 23. Oktober 2018

**Zeit:** 19 Uhr

**Ort:** Kapelle, Regionalspital Surselva in Ilanz

**Sie sind herzlich eingeladen!**  
**Regionalspital Surselva AG**