

Bluthochdruck in MV: Experten warnen vor Hitzegefahren für Betroffene

In MV leidet jeder dritte Erwachsene an Bluthochdruck. Experten warnen vor Hitze und raten zu regelmäßigen Kontrollen.

Die Herausforderung von Bluthochdruck im heißen Sommer

In Mecklenburg-Vorpommern wird ein besorgniserregender Trend bezüglich der Gesundheit der Bevölkerung sichtbar, insbesondere während der Hitzewellen. Laut der Krankenkasse Barmer sind dort 33,5 Prozent der Erwachsenen von Bluthochdruck betroffen, was im Vergleich zum Bundesdurchschnitt von 21,7 Prozent alarmierend hoch ist. Besonders besorgniserregend ist die Situation für Menschen über 50, bei denen jeder Zweite unter Hypertonie leidet.

Die Gefahren von Bluthochdruck bei Hitze

Ärzte warnen, dass extreme Temperaturen den Blutdruck beeinflussen können, indem sie den Körper unter Stress setzen. „Durch Wärme weiten sich die Gefäße, was zu einem Absinken des Blutdrucks führen kann“, erklärt Henning Kutzbach, Landesgeschäftsführer der Barmer in Mecklenburg-Vorpommern. Dies kann Schwindel, Ohnmacht oder sogar Herzrhythmusstörungen hervorrufen. Menschen, die blutdrucksenkende Medikamente einnehmen, müssen besonders vorsichtig sein, da eine solche Hitze die Wirkung ihrer Arzneimittel beeinflussen kann.

Regelmäßige Kontrolle und Prävention

Kutzbach betont die Wichtigkeit der regelmäßigen Blutdruckmessung für Hypertonie-Patienten, insbesondere in heißen Zeiten. „Betroffene sollten bei extremen Werten unverzüglich ihren Arzt kontaktieren“, sagt er. Um Bluthochdruck vorzubeugen, empfehlen Experten einen gesunden Lebensstil: viel Bewegung, salzarme Kost, der Verzicht auf Alkohol und Rauchen sowie Gewichtsreduktion. Diese Maßnahmen sind entscheidend, um das Risiko von Bluthochdruck zu verringern.

Regionale Unterschiede und die Rolle der Barmer

Die Barmer Krankenkasse, die in Mecklenburg-Vorpommern etwa 265.000 Versicherte betreut, hat regionale Unterschiede in der Verbreitung von Bluthochdruck festgestellt. Der Landkreis Ludwigslust-Parchim hat mit 37,5 Prozent den höchsten Anteil an betroffenen Erwachsenen, was die Dringlichkeit von Gesundheitskampagnen in dieser Region verdeutlicht. Die Krankenkasse spielt eine zentrale Rolle in der Aufklärung und Betreuung der Betroffenen.

Fazit: Die Bedeutung der Aufmerksamkeit für Bluthochdruck

Bluthochdruck ist nicht nur ein individuelles Gesundheitsproblem, sondern betrifft auch die Gemeinschaft in Mecklenburg-Vorpommern stark. In Anbetracht der Hitzeperioden müssen präventive Maßnahmen und eine gesunde Lebensweise stärker in den Fokus gerückt werden. Die Aufklärung und Unterstützung durch institutionelle Akteure wie die Barmer sind dabei von zentraler Bedeutung, um die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern und ernsthafte gesundheitliche Risiken zu minimieren.

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de