



SBSN/Blutdruckinstitut Göttingen e.V. • An der Lutter 24 • 37075 Göttingen

## Newsletter Selbsthilfegruppe Bluthochdruck Süd-Niedersachsen 09/13

Liebe Leserinnen und Leser,

**Thema heute: Bluthochdruck geht die ganze Familie an**

### Normalwerte:

#### 1. Praxismessung:

liegen bei Kindern deutlich unter denen bei Erwachsenen und richten sich nach Geschlecht u. Größe (s. Anlage)

#### 2. 24-h-Blutdruckmessung:

liegen bei Kindern deutlich unter denen bei Erwachsenen und richten sich nach Geschlecht und Größe

### Häufigkeit:

In Göttingen werden ca. 1000 betroffene Kinder angenommen, in Deutschland ca. 700.000.

### Behandlung:

tgl. Ausdauersport (mind. 20 min.), Hibiskustee (3x 1 Tasse (0,3 l)), Medikamente verordnet nur durch Spezialisten, Ausschluß organische Ursachen (z.B. Nierenerkrankungen)

### Konsequenz für den Alltag:

Betroffene sollten in Ihrer Familie forschen und Ihren Kindern sowie Enkelkindern eine spontane Blutdruckmessung empfehlen bzw. diese durchführen. Ist diese erhöht, ist eine Vorstellung beim Hausarzt/Kinderarzt wichtig, dort wird eine standardisierte RR-Heimmessung (7 Tage früh morgens und spät abends, Zieldurchschnitt 5 mmHg tiefer als Einzelmessungszielwert (s. Anlage)) durchgeführt. Bei grenzwertigen Befunden empfiehlt sich eine jährliche 24-h-Blutdruckmessung.

**Nächster Termin SBSN:** 11. Oktober 2013, kleiner Seminarraum i. 4. Stock, Ev. KH Göttingen/Weende

**Nächstes Thema:** Zusammenspiel von vererblichen und äußeren Gefäßrisikofaktoren

Mit den besten Grüßen verbleibe ich  
Ihr

Dr. med. E. G. Schulz, 1. Vorsitzender des Blutdruckinstitut Göttingen e.V.



In Kooperation mit



Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®



Medizin für mich!

Blutdruckinstitut Göttingen e.V.  
Steffensweg 97 | 37120 Bovenden  
Tel 0551-508 76-96 | Fax 0551-508 76-59  
E-Mail [info@blutdruck-goe.de](mailto:info@blutdruck-goe.de)  
Internet [www.blutdruck-goe.de](http://www.blutdruck-goe.de)

Vorstand  
Dr. med. Egbert G. Schulz  
Dr. med. Thomas Suermann  
Geschäftsführung  
Tino Römer

Bankverbindung  
Blutdruckinstitut Göttingen e.V.  
Sparkasse Göttingen  
BLZ 26050001  
Konto-Nr. 153338

Vereinsregister  
VR Reg.-Nr.: 200175  
St.-Nr.: 20/206/24006