

Wenn Lebensstilmaßnahmen nicht mehr ausreichen

Betroffenen mit der Diagnose Bluthochdruck, wird geraten, ihre Gesundheit durch eine gesunde Lebensweise mit Sport und guter Ernährung zu unterstützen.

Doch Lebensstilmaßnahmen reichen nicht immer aus, um den Blutdruck zu normalisieren. Dann kann die Einnahme von Medikamenten erforderlich werden. Dabei ist wichtig:

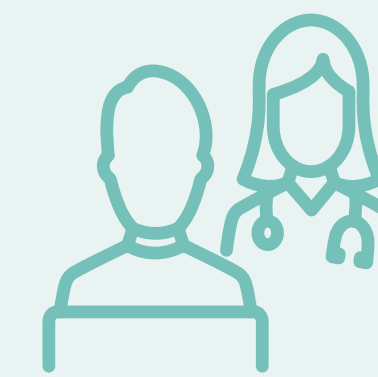
Ihre aktive Mitwirkung bei der Therapie ist eine der wichtigsten Grundlagen für deren dauerhaften Erfolg! Machen Sie mit – Ihrer Gesundheit zuliebe!



Medikamente regelmäßig einnehmen.



Niemals die Medikamente auf eigene Faust und ohne Rücksprache mit dem Arzt absetzen.



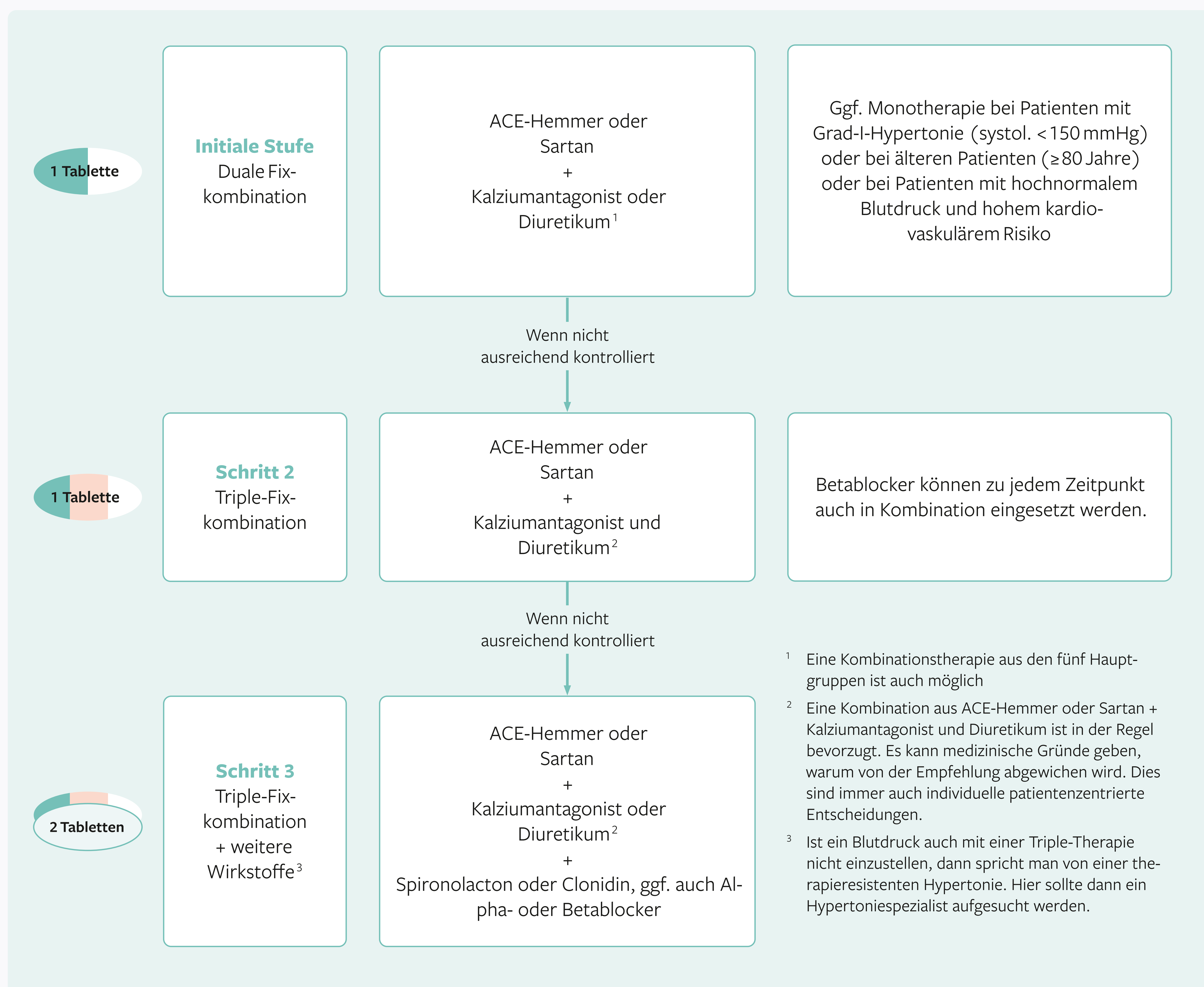
Regelmäßige ärztliche Kontrollen wahrnehmen.

Medikamentöse Therapie als Behandlungsoption

Die folgenden fünf Medikamentenklassen gelten als bevorzugte Blutdruckmedikamente:

- ▶ ACE-Hemmer (Angiotensin-Konvertierungsenzymhemmer)
- ▶ Sartane (Angiotensin-Rezeptorblocker)
- ▶ Kalziumantagonisten
- ▶ Thiazide und Thiazidartige Diuretika („Wassertabletten“)
- ▶ Betablocker

Welche Arzneimittel bei hohem Blutdruck?



Bluthochdruck – und was jetzt?

Die Diagnose Bluthochdruck kann sehr belastend sein. Die Deutsche Hochdruckliga bietet Betroffenen Unterstützung an. Auf unserer Website www.hochdruckliga.de halten wir aktuelle Informationen bereit für Interessierte, Betroffene und Professionals.

**Wir
sind für
Sie da!**



Wer beantwortet meine Fragen?

Jeden Monat bietet die Hochdruckliga Telefonsprechstunden an. Bei der Expertensprechstunde beraten Sie unsere Ärztinnen und Ärzte bei Ihren Fragen. Am Selbsthilfetelefon stehen Ihnen die Mitglieder unseres Patientenbeirats zur Seite.



Wo finde ich Expertinnen und Experten?

Auf unserer Website finden Sie unsere Expertensuche. Dort können Sie ganz einfach per Postleitzahl suchen.



Website
besuchen



Wo kann ich mich mit anderen Betroffenen austauschen?

Im Netz veröffentlichen wir regelmäßig die Termine unserer Selbsthilfegruppen – in ganz Deutschland und auch online. Oder achten Sie auf Mitteilungen in der regionalen Presse.

Mit Gleichgesinnten lassen sich gute Vorsätze, neue Gewohnheiten und damit auch eine konsequente Therapie leichter durchhalten. Auch der Austausch über die Erkrankung hilft vielen, ihren Blutdruck besser in den Griff zu bekommen. Suchen Sie sich eine Selbsthilfegruppe in Ihrer Region.



Website
besuchen



www.hochdruckliga.de

Wir danken der

Salus BKK

Mit gutem Gefühl krankenversichert