



## Pressemeldung

### Neue Broschüre und Podcast-Folge klären auf Ein unterschätztes Problem: Bluthochdruck bei Kindern

Heidelberg, 28. Februar 2023

**Bluthochdruck ist eine Erkrankung, die unbehandelt zu schweren gesundheitlichen Problemen führt, Schlaganfälle, Herzinfarkte und Nierenversagen sind häufige Folgen. Auch Kinder und Jugendliche können betroffen sein. Die Deutsche Hochdruckliga rät daher auch bei ihnen zur regelmäßigen Überprüfung des Blutdrucks. Insbesondere übergewichtige Kinder oder Kinder mit bereits bestehenden Erkrankungen des Herzens oder der Nieren haben ein hohes Risiko für Bluthochdruck; Eltern sollten gerade in diesen Fällen ein besonderes Augenmerk auf gesunde Blutdruckwerte richten. Wie die Messung, die Diagnose und die Therapie von Bluthochdruck bei Kindern und Jugendlichen erfolgt, erklärt eine neue Broschüre der Deutschen Hochdruckliga. Darüber hinaus gibt sie wertvolle Tipps für ein blutdruckgesundes Familienleben.**

Bluthochdruck bei Kindern und Jugendlichen? Ist das nicht eine Erkrankung des Erwachsenen- oder gar Seniorenalters? Nein, nicht nur! Denn obwohl Bluthochdruck bei Kindern etwa 10- bis 20-mal seltener auftritt als bei Erwachsenen, leiden in Deutschland 3 Prozent der Kinder an einem erhöhten Blutdruck. Das sind etwa 400.000 Kinder und Jugendliche, die zu hohe Blutdruckwerte haben.

Die Erkrankung, die heute häufig immer noch bagatellisiert wird, obwohl die langfristigen Folgen schwerwiegend sind, muss behandelt werden, und zwar erst recht bei Kindern und Jugendlichen. Bleiben bei ihnen die zu hohen Werte unentdeckt und langfristig unbehandelt, kann es bereits im frühen Erwachsenenalter zu den gefährlichen Folgeerkrankungen von Bluthochdruck kommen, darunter Schlaganfälle, Herzinfarkte oder Nierenversagen. Wer seine Kinder davor schützen möchte, schließt die Erkrankung durch gelegentliche Blutdruckmessung (in der Kinderarztpraxis oder zu Hause) aus.

Besonders gefährdet, an Bluthochdruck zu erkranken, sind übergewichtige Kinder. Während bei schlanken Kindern nur etwa 2% an einem Bluthochdruck leiden, hat bei stark übergewichtigen Jugendlichen oft jeder Vierte einen unerkannten Bluthochdruck. Tendenz steigend, da immer mehr Kinder und Jugendliche zu dick sind. Aber auch bei normalgewichtigen Kindern ist eine gelegentliche Überprüfung ratsam – die Erkrankung ist folgenreich und die Überprüfung einfach – denn auch die zwei von hundert schlanken Kindern sollten nicht „durchs Raster“ fallen.

Für die Blutdruckmessung daheim gilt es ein paar wichtige Punkte zu beachten, darunter die Verwendung eines für Kinder geeigneten Blutdruckmessgerätes mit passender Armmanschette und das Wissen darum, dass es keine einheitlichen Normwerte gibt, da diese abhängig von Geschlecht, Alter und



Körpergröße des Kindes sind. In der neuen Broschüre der Deutschen Hochdruckliga wird die Messung genau beschrieben. Darüber hinaus erhalten Eltern von betroffenen Kindern und Jugendlichen wertvolle Tipps für den Umgang mit der Erkrankung - auch innerhalb der Familie – damit die Betroffenen frei von Gefäßschäden das Erwachsenenalter erreichen.

„Als Deutsche Hochdruckliga sind wir *die* Kompetenzstelle für Bluthochdruck in Deutschland, und zwar auch für Bluthochdruck bei Kindern und Jugendlichen. Wir geben unabhängige Informationen auf dem neuesten Stand der Forschung in verständlicher Sprache und möchten damit die Dunkelziffer von Bluthochdruck senken und den Betroffenen – egal ob groß oder klein – helfen, die hohen Blutdruckwerte in den Griff zu bekommen. Denn das ist eine wichtige Voraussetzung für ein gesundes und langes Leben“, erklärt die Kindernefrologin Prof. Dr. Elke Wühl, Autorin der Broschüre und Mitglied im Vorstand der Deutschen Hochdruckliga. Die Expertin informiert auch in einer neuen Folge des Podcasts „HyperTon“ über „Bluthochdruck in (ganz) jungen Jahren“.

Die Broschüre und der Podcast stehen zum Download/Reinhören zur Verfügung unter:

<https://www.hochdruckliga.de/betroffene/bluthochdruck-bei-kindern>

Ein Druckexemplar der Broschüre kann kostenfrei per E-Mail angefordert werden.

Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®

Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention

Berliner Str. 46, 69120 Heidelberg

E-Mail: [info@hochdruckliga.de](mailto:info@hochdruckliga.de)

[www.hochdruckliga.de](http://www.hochdruckliga.de)

#### Kontakt für Medienschaffende/Pressestelle

Dr. Bettina Albers

Jakobstraße 38

99423 Weimar

[albers@albersconcept.de](mailto:albers@albersconcept.de)

Telefon: 03643/ 776423

Mobil: 0174/ 2165629