

Schwangerschaft gibt Hinweise auf spätere Herzgesundheit / Deutsche Hochdruckliga und BVF informieren zum „Welt-Präeklampsie-Tag“ am 22. Mai

Heidelberg/München, 13. Mai 2026

Wie der Körper einer Frau auf eine Schwangerschaft reagiert, kann ein Hinweis auf ihre spätere Herzgesundheit sein. Verläuft dieser natürliche Belastungstest ohne größere Komplikationen, stehen die Chancen gut, auch langfristig ein gesundes Herz-Kreislauf-System zu behalten. Treten dagegen während der Schwangerschaft Bluthochdruck oder sogar eine Präeklampsie auf, gilt dies als wichtiges Warnsignal – und als Anlass, Risikofaktoren frühzeitig zu erkennen und den eigenen Lebensstil anzupassen.

Anlässlich des Welt-Präeklampsie-Tages am 22. Mai 2026 rücken die Deutsche Hochdruckliga (DHL) und der Berufsverband der Frauenärztinnen und Frauenärzte e. V. (BVF) hypertensive Erkrankungen in der Schwangerschaft in den Fokus. Ihre gemeinsame Botschaft: Schwangere mit Bluthochdruck sollten konsequent behandelt und engmaschig betreut werden.

Für den Körper einer Frau ist eine Schwangerschaft mit einer dauerhaften Ausdauerbelastung vergleichbar: Sie wirkt wie ein natürlicher Belastungstest für das Herz-Kreislauf-System. Bluthochdruck in dieser Phase ist daher ein wichtiges Warnsignal. Liegen die Blutdruckwerte dauerhaft über 140/90 mmHg, empfehlen aktuelle Leitlinien eine medikamentöse Behandlung. Frauen mit dieser Vorgeschichte haben später im Leben ein zwei- bis siebenfach erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzschwäche, verengte Herzkranzgefäße oder Schlaganfälle. Die Erkenntnisse aus der Schwangerschaft liefern damit einen wichtigen Baustein für die langfristige Gesundheitsvorsorge.

„Bluthochdruck betrifft etwa fünf bis zehn Prozent aller Schwangeren und erhöht das Risiko für eine Präeklampsie deutlich“, sagt Prof. Dr. med. Markus van der Giet, Internist, Nephrologe und Vorstandsvorsitzender der Deutschen Hochdruckliga. Präeklampsie ist eine Erkrankung der Schwangerschaft, bei der die Mutter hohen Blutdruck entwickelt und Organe wie Nieren oder Leber belastet werden. Sie tritt meist nach der 20. Schwangerschaftswoche auf und kann für Mutter und Kind gefährlich werden. „Wird der Blutdruck frühzeitig erkannt und konsequent behandelt, lassen sich Komplikationen deutlich reduzieren“, so van der Giet.

Auch Dr. Jochen Frenzel, niedergelassener Frauenarzt, Pränataldiagnostiker und Vorstandsmitglied des BVF, betont die Bedeutung einer frühzeitigen Diagnose: „Präeklampsie ist eine ernstzunehmende Multiorganerkrankung. Wird sie zu spät erkannt, kann sie schwerwiegende Folgen für Mutter und Kind haben.“ Häufig entwickle sich die Erkrankung zunächst unauffällig. Erste Symptome würden nicht selten



mit normalen Schwangerschaftsbeschwerden verwechselt. „Umso wichtiger sind die Vorsorgeuntersuchungen im ersten Schwangerschaftsdrittel und eine kontinuierliche Betreuung während der gesamten Schwangerschaft.“

Die Deutsche Hochdruckliga und der BVF empfehlen Frauen nach einer Präeklampsie die Nutzung eines speziellen „[Nachsorgepasses](#)“. Darin werden kardiovaskuläre Risikofaktoren erläutert und Hinweise zur langfristigen Risikoreduktion gegeben – etwa zu gesundem Körpergewicht, Stilldauer oder regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen. Ergänzt wird der Pass durch einen Zeitplan für empfohlene Gesundheits- und Blutuntersuchungen.

Grundsätzlich raten die Deutsche Hochdruckliga und der BVF Schwangeren mit erhöhten Blutdruckwerten zu regelmäßigen Kontrollen in der gynäkologischen Praxis. Eine kontinuierliche Betreuung sei entscheidend, da sich mögliche Folgeschäden häufig schleichend entwickeln.

Zum „Welt-Präeklampsie-Tag“

Der Welt-Präeklampsie-Tag wird jedes Jahr am 22. Mai begangen und soll weltweit auf die Risiken dieser Schwangerschaftserkrankung aufmerksam machen. Ziel des Aktionstags ist es, das Bewusstsein für Früherkennung, Vorsorge und eine rechtzeitige Behandlung zu stärken, um Komplikationen für Mutter und Kind zu vermeiden. Gleichzeitig macht der Tag darauf aufmerksam, wie wichtig Aufklärung, Forschung und eine gute medizinische Betreuung während der Schwangerschaft sind.

Die in den USA ansässige *Preeclampsia Foundation* nutzt den gesamten Monat Mai als Präeklampsie-Aufklärungsmonat, um über die Erkrankung zu informieren: [May Is Preeclampsia Awareness Month](#).

Quellen und weitere Informationen

- S2k-Leitlinie Hypertensive Erkrankungen in der Schwangerschaft (HES): Diagnostik und Therapie: <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/015-018>
- [Pre-eclampsia and risk of cardiovascular disease and cancer in later life: systematic review and meta-analysis | The BMJ](#)
- [HyperTon \(Folge 4\): Bluthochdruck in der Schwangerschaft](#)
- Patientenblatt: Nachsorgepass für Mütter nach Präeklampsie: https://register.awmf.org/assets/guidelines/015_D_Ges_fuer_Gynaekologie_und_Geburtshilfe/015-018pbl_S2k_Hypertensive-Erkrankungen-Schwangerschaft-HES-Diagnostik-Therapie_2025-03.pdf

Die Deutsche Hochdruckliga bietet auf Ihrer Website einen Überblick zum Thema [Bluthochdruck in der Schwangerschaft und Stillzeit](#).

Der Berufsverband der Frauenärztinnen und Frauenärzte e.V. (BVF) informiert im Rahmen seiner Kampagne [„Schwanger mit dir“](#) rund um das Thema Schwangerschaft.



Über uns

Die Deutsche Hochdruckliga e.V. (DHL)[®] | Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention ist eine gemeinnützige, unabhängige medizinisch-wissenschaftliche Fachgesellschaft. Sie setzt sich seit 1974 für die Förderung der Wissenschaft und eine wissenschaftlich fundierte Aufklärung der Öffentlichkeit auf dem Gebiet der Hypertonie ein. Sie bündelt die Expertise aus allen relevanten Fachgruppen und stellt diese allen Beteiligten zur Verfügung. Wissenschaftliche Sektionen und der jährliche wissenschaftliche Kongress sichern aktuelles Fachwissen und den fachlichen Austausch. Stipendien und Wissenschaftspreise fördern den wissenschaftlichen Nachwuchs. Durch die Zertifizierung von Fachärztinnen und -ärzten sowie interdisziplinären Hypertonie-Zentren sichert die Deutsche Hochdruckliga eine qualitativ hochwertige, umfassende Versorgung von Hypertonikerinnen und Hypertonikern im deutschsprachigen Raum. www.hochdruckliga.de

Über den Berufsverband der Frauenärztinnen und Frauenärzte e.V. (BVF)

Der Berufsverband der Frauenärztinnen und Frauenärzte e.V. (BVF, www.bvf.de) ist mit rund 14.000 Mitgliedern einer der größten ärztlichen Berufsverbände in Deutschland. Er vertritt mit seinen 17 Landesverbänden seit 75 Jahren die wirtschaftlichen und standespolitischen Interessen seiner Mitglieder bei der Kassenärztlichen Bundesvereinigung, den Kassenärztlichen Vereinigungen, der Bundesärztekammer, den Landesärztekammern, den Kostenträgern sowie in Politik und Wirtschaft, internationalen Organisationen und der Öffentlichkeit. Der BVF verfolgt hierfür gesundheitspolitisch relevante Vorgänge auf deutscher sowie auch auf europäischer Ebene und setzt sich für die standespolitischen Anliegen, Forderungen und Belange seiner Mitglieder ein.

Service für die Medien

Gerne vermitteln wir Ihnen Expertinnen und Experten und Betroffene für Interviews.

Pressekontakt:

Agnes Tzortzis
Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Berufsverband der Frauenärztinnen und Frauenärzte e.V.
Arnulfstraße 58
80335 München
tzortzis@bvf.de
Telefon: +49 89 244466-129
Webseite: www.bvf.de

Yvonne Kaul
Deutsche Hochdruckliga e.V.
Berliner Straße 46, 69120 Heidelberg
presse@hochdruckliga.de
Telefon: +49 (0)62 21 5 88 55-42
Mobil: +49 (0)170-329 293 7
Webseite: www.hochdruckliga.de/presse