



Organisationstipps für öffentliche Blutdruckmessaktionen bzw. Arzt-Patienten-Seminare

EMPFEHLUNG

Geschäftsstelle

VERÖFFENTLICHUNG FREIGEgeben
09.11.2017

Organisationstipps für öffentliche Blutdruckmessaktionen bzw. Arzt-Patienten-Seminare

Seite 1 von 7

Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL® Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention

Berliner Str. 46, 69120 Heidelberg

Telefon: 062 21/58855-0

Telefax: 062 21/58855-25

info@hochdruckliga.de

www.hochdruckliga.de

1 Einführung

Rund 20 bis 30 Millionen Menschen in Deutschland haben Bluthochdruck. Ein Drittel der behandelten Hypertoniker ist derzeit nicht gut eingestellt. Jeder Zehnte lässt sich nicht behandeln, obwohl er von seinem Bluthochdruck weiß. Zwanzig Prozent der Betroffenen wissen noch nichts von ihren zu hohen Blutdruckwerten. Der Bluthochdruck ist die zentrale Volkskrankheit Nr. 1 in Deutschland. Rund die Hälfte aller Herzinfarkte und Schlaganfälle ließe sich mit der rechtzeitigen Behandlung des Bluthochdrucks verhindern.

Deshalb sind Blutdruckmessaktionen (ggf. ergänzt um das Gefäßalter bzw. Pulswellengeschwindigkeit) bzw. Arzt-Patienten-Seminare zur Sensibilisierung der Bevölkerung geeignet. Möglicherweise helfen Sie mit, einen bisher unentdeckten Bluthochdruck festzustellen. Nicht immer sind Hypertoniker gut eingestellt, auch hier kann eine Blutdruckmessaktion helfen, die Therapietreue zu verbessern. Jeder Zehnte weiß um seinen Bluthochdruck, lässt sich aber nicht behandeln. Auch hier bietet sich über eine Blutdruckmessaktion die Möglichkeit an, in den Dialog mit dem Betroffenen zu treten und ihn für die Behandlungsoptionen zu sensibilisieren.

2 Bewerbung der Aktion im Vorfeld

2.1 Melden Sie Ihre Aktion an

Melden Sie Ihre Aktion bei der Deutschen Hochdruckliga e.V. DHL® – Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention an unter:

- www.hochdruckliga.de/veranstaltungen-fuer-patienten.html
- www.hypertonietag.de/mitmachen.html

2.2 Bewerben Sie Ihre Veranstaltung vor Ort

Wichtig ist bei Blutdruckmessaktionen die rechtzeitige Ankündigung.

Hängen Sie Plakate aus. Nutzen Sie hierzu die Vorlagen der Deutschen Hochdruckliga. Legen Sie Faltblätter in Geschäften aus, rühren Sie die „Werbetrommel“

Suchen Sie den Kontakt zur lokalen Presse. Schalten Sie eine Presseinformation und führen Sie Hintergrundgespräche mit der Presse durch. Denken Sie daran, dass Stadtmagazine und Veranstaltungskalender eine Vorlaufzeit haben können. Wenden Sie sich in einem Schreiben an den Chefredakteur Ihrer regionalen Tageszeitung des Einzugsbereichs. Bitten Sie um eine kurze Vorberichterstattung bzw. Ankündigung Ihrer Blutdruckmessaktion. Vergessen Sie nicht, auch die kostenlosen Anzeigen- und Wochenblätter der Region anzuschreiben. Sie sind besonders bei älteren Menschen sehr beliebt



Organisationstipps für öffentliche Blutdruckmessungen bzw. Arzt-Patienten- Seminare

Seite 2 von 7

Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®
Deutsche Gesellschaft für
Hypertonie und Prävention

Berliner Str. 46, 69120 Heidelberg

Telefon: 062 21/58855-0

Telefax: 062 21/58855-25

info@hochdruckliga.de

www.hochdruckliga.de

und haben eine hohe Auflage. Sprechen Sie uns an, ob wir passende Muster-Pressemitteilungen für Sie haben.

2.3 Beschilderung

Denken Sie daran, dass bei Messaktionen im Innenraum Ihr Veranstaltungsraum durch geeignete Hinweise auch gefunden werden muss. Nutzen Sie hierzu die Vorlagen der Deutschen Hochdruckliga.

3 Erforderliche Ressourcen

3.1 Räumliche Ausstattung der Messstelle

Für eine Blutdruckmessaktion brauchen Sie möglichst einen ruhigen Raum oder eine ruhige Ecke. Je lauter die Umgebungsgeräusche um die Messstelle sind, umso eher sind die gemessenen Werte verzerrt (z. B. Selbsthilfetag in der Fußgängerzone oder im Einkaufszentrum). Wie viele Stühle und Tische Sie brauchen, hängt von der Anzahl der zu messenden Probanden und der einzuhaltenden Messbedingungen ab. Als Minimum muss jeder Standort einen Wartebereich mit Stühlen sowie einen Messtisch und zwei Stühle für den Probanden und eine Messkraft vorhanden sein.

Auf dem Messtisch sollte Platz für ein validiertes Blutdruckmessgerät und ggf. ein Laptop für die digitale Dateneingabe bzw. ggf. ein Drucker für Ausgabe eines Messprotokolls zur Verfügung stehen. Der Tisch muss groß genug sein, dass der Proband seinen Unterarm ruhig auf den Tisch legen kann. Der Stuhl für den Probanden muss eine Rückenlehne haben und die richtige Höhe, dass der Proband seine Füße ruhig nebeneinander auf den Boden stellen kann. Wichtig ist ein ausreichender Abstand zu umstehenden Personen, damit mit dem Probanden die Messergebnisse diskret besprochen werden können. Falls Sie mit digitalen Schnittstellen arbeiten, brauchen Sie ggf. einen Stromanschluss oder eine batteriegetriebene Stromversorgung bzw. auch WLAN Anschluss.

Unter Umständen sind auch Messaktionen im Freien zu empfehlen. Achten Sie auf die nötige Verschattung bzw. ausreichend Getränke für das Messpersonal. Bedenken Sie bei der Bereitstellung von elektronischen Geräten oder einem Stromanschluss im Freien auch, dass es regnen kann. Achten Sie auf die nötige Sicherheit.

3.2 Sachliche Ausstattung

Wir empfehlen automatische Blutdruckmessgeräte für den Oberarm mit einem Prüfsiegel der DHL®, ESH oder BSH. Beachten Sie, dass Sie die passenden Manschettengrößen vorrätig haben und ggf. auch ein Maßband zum Messen des Oberarmumfangs. Bei einigen Manschetten ist ein Maßband integriert. Verwenden Sie zur Messung bitte ein Oberarmgerät. Halten Sie für bestimmte Probanden auch ein Handgelenksgerät bereit (z. B. für Frauen oder Männer mit amputierten Brüsten). Es bietet sich aus didaktischen Gründen an, Probanden die Bedeutung der Handhaltung bei Handgelenksgeräten zu verdeutlichen. Zeigen Sie, wie die Positionierung des Handgelenkmessgeräts oberhalb oder unterhalb des Herzens das Messergebnis beeinflussen kann.

Bitte denken Sie daran, dass Sie ausreichend Batterien für Ihre Messgeräte dabei haben bzw. einen Stromanschluss bei strombetriebenen Geräten verfügbar ist. Ggf. ist ein Mehrfachstecker erforderlich. Beachten Sie hierzu auch die einschlägigen Sicherheitsvorschriften. Vermeiden Sie Stolperfallen. Denken Sie ggf. an Klebebänder, um mögliche Kabel etc. als Stolperfallen zu entschärfen.



Organisationstipps für öffentliche Blutdruckmessungen bzw. Arzt-Patienten- Seminare

Seite 3 von 7

Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®
Deutsche Gesellschaft für
Hypertonie und Prävention

Berliner Str. 46, 69120 Heidelberg

Telefon: 062 21/58855-0

Telefax: 062 21/58855-25

info@hochdruckliga.de

www.hochdruckliga.de

Klären Sie im Vorfeld den Zweck der Messaktion. Je nach Zweckbestimmung müssen Sie die Vorgaben des Medizinproduktegesetzes einhalten. Das führt dazu, dass Sie nur medizinprodukterecht-konforme Geräte verwenden dürfen. Die verwendeten Geräte müssen zum Beispiel alle zwei Jahre einer messtechnischen Kontrolle unterzogen werden. Bei einer Präventionsmaßnahme gehen wir nicht davon aus, dass Sie die eingesetzten Blutdruckmessgeräte einer messtechnischen Überprüfung unterziehen müssen. Sobald die ärztliche Diagnose eines Bluthochdrucks im Vordergrund steht, kann eine medizinische Zweckbestimmung unterstellt werden und Sie müssen das Medizinprodukterecht bei der Messaktion beachten.

Die Blutdruckmessgeräte sollten Sie nach dem Gebrauch entsprechend den Herstellerempfehlungen desinfizieren. Auf die zweckgemäße Verwendung des Desinfektionsmittels ist zu achten.

Denken Sie auch an Informationsmaterial zur Auslage (z. B. Blutdruckpass, Druckpunkte, Postkarten, Patientenleitfaden, siehe hierzu Punkt 5). Was auch nicht schaden kann: Kabelbinder, Klebeband (Tesakrepp), weißes Tischtuch für den Aktionstisch, Stifte, Edingstift, DIN A3 Block, Feuchttücher.

3.3 Zeitlicher und personeller Bedarf

Pro Messplatz sollte eine Messkraft zur Verfügung stehen. Rechnen Sie für eine Blutdruckmessung mindestens 5 Minuten zzgl. 5 Minuten Wartezeit ein.

- Bei einem Zeitaufwand von 5 min./Person können Sie maximal 12 Probanden pro Stunde bedienen.
- Falls Ihnen, z. B. bei einem Arzt-Patienten-Seminar, nur eine 30 minütige Pause zur Verfügung stehen würde, müssen Sie ausreichende personelle Ressourcen einplanen, um dem Ansturm gerecht zu werden. Schätzungsweise können Sie davon ausgehen, dass etwa 10–20 % der Teilnehmer an einem Arzt-Patienten-Seminar ein Interesse an einer Blutdruckmessung haben. Bei 100 Teilnehmern an einem Arzt-Patienten-Seminar müssen Sie mit 10–20 interessierten Teilnehmern an einer Blutdruckmessung rechnen. Für 10–20 Interessierte werden Sie etwa 50–100 Minuten für die Messung brauchen. Wenn Sie nur eine halbe Stunde Zeit für die Messung haben, brauchen Sie demnach etwa drei Personen für die Blutdruckmessung, die dann parallel messen müssten, um der Nachfrage gerecht zu werden. Wenn Sie drei Messungen parallel durchführen, brauchen Sie auch mindestens drei Sitzgelegenheiten für die Probanden. Da diese sich auch noch 5 Minuten vor der Messung in Ruhe hinsetzen müssen, brauchen Sie weitere drei Stühle. Insgesamt brauchen Sie sechs Stühle für die Probanden und drei Stühle für die Messpersonen.
- Bei einer Blutdruckmessaktion im öffentlichen Raum ohne Gesundheitsbezug (z. B. Fußgängerzone, Einkaufszentrum, etc.) sollten Sie einplanen, dass etwa 1–3 % der Besucher Interesse an einer Blutdruckmessung haben.
- Bei indirekten Pulswellengeschwindigkeitsmessungen (Gefäßalterbestimmung) am Oberarm sollten Sie 10 Minuten zzgl. 5 Minuten Wartezeit einplanen.
- Es ist nicht notwendig, dass das Messpersonal eine medizinische Ausbildung oder ein Medizinstudium hat.
- Das Messpersonal sollte aber inhaltlich und methodisch in der Blutdruckmessung geschult bzw. in der Blutdruckmessung erfahren sein. Für inhaltliche Rückfragen zum Bluthochdruck sollte geeignetes und ausreichend qualifiziertes Personal vorhanden sein.



Organisationstipps für öffentliche Blutdruckmessungen bzw. Arzt-Patienten- Seminare

Seite 4 von 7

Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®
Deutsche Gesellschaft für
Hypertonie und Prävention

Berliner Str. 46, 69120 Heidelberg

Telefon: 062 21/58855-0

Telefax: 062 21/58855-25

info@hochdruckliga.de

www.hochdruckliga.de

- Falls Sie eine Pulswellengeschwindigkeitsmessung (Gefäßalterbestimmung) durchführen, ist zwingend darauf zu achten, dass das eingesetzte Personal die erforderlichen Kenntnisse und Erfahrungen mit der Messmethodik und der Ergebnisinterpretation hat.
- Es ist zu empfehlen, dass ein Arzt bei Rückfragen der Probanden bzw. vor allem bei hypertensiven Notfällen in Rufbereitschaft zur Verfügung steht.
- Halten Sie für den Notfall ein Handy bzw. Telefonanschluss bereit, falls Sie über keinen Arzt in Rufbereitschaft verfügen. Machen Sie alle an der Messaktion beteiligten Personen mit den Notfallregeln vertraut (siehe Kapitel 4).

3.4 Themenvorschläge für Arzt-Patienten-Seminare

Vortragsvorlagen für Arzt-Patienten-Seminare zu den Themen Hypertonie, Sport, Ernährung und Entspannung bzw. Blutdruckmessung und Therapietreue finden Sie unter: www.hochdruckliga.de/vorlagen-fuer-vortraege.html

4 Ablauf der Messaktion

Die Probanden sollten eine 5 min. Ruhepause vor der Messung einhalten, wenn möglich sitzend in einem Wartebereich. Falls möglich, sollten die Probanden eine halbe Stunde vor der Messung auf Alkohol, Kaffee, Bewegung verzichten bzw. die Blase vor der Messung entleeren. Sonst können die Messwerte verfälscht sein.

- An welchem Arm sollte gemessen werden?
Fragen Sie beim Probanden nach. Sonst nehmen Sie den linken Arm.
- Legen Sie die passende Manschette an.

Hinweise

- Bei einer völlig unregelmäßigen Herzschlagfolge (absoluter Arrhythmie) ist die oszillometrische Messung fehlerbehaftet. Alternativ kann der Blutdruck durch das (automatische) Abhören der Korotkow-Geräusche ermittelt werden.
 - Bei Probanden mit einem Kunstherzimplantat ist die automatische Messung nicht mehr möglich. Möglicherweise kommt Ihr automatisches Messgerät bei Probanden mit einem Herzschrittmacher an Grenzen.
 - Bei Frauen oder Männern mit amputierten Brüsten ist unter Umständen eine Handgelenksmessung der Oberarmmessung vorzuziehen.
 - Der Aufpumpvorgang kann bei Patienten mit Wassereinlagerungen am Arm (Ödemen) unangenehm bzw. schmerzlich werden. Verwenden Sie stattdessen ein Handgelenksgerät.
- Bitte beachten Sie, dass der Patient seinen Oberarm frei macht. Die Manschette darf nicht über ein zu dickes Kleidungsstück angelegt werden. Eine dünne Bluse bzw. ein dünnes Hemd ist möglich. Achten Sie auch darauf, dass durch das Hochschieben des Kleidungsstücks nicht der Blutfluss im Arm behindert wird. Auch das kann die Messwerte verfälschen.
 - Klären Sie den Proband darüber auf, dass die Manschette nach dem Gerätestart aufpumpt und für einen kurzen Moment dadurch der Blutfluss in der Arterie unterbunden wird. Erklären Sie ihm bitte, dass bei Bedarf der Aufpumpvorgang durch abermaligen Druck der Starttaste oder Abnahme der Manschette abgebrochen werden kann, wenn es ihm unwohl dabei wird.
 - Reden Sie bitte während der Messung nicht mit dem Probanden. Der Proband sollte auch nicht mit Ihnen reden.



Organisationstipps für öffentliche Blutdruckmessaktionen bzw. Arzt-Patienten- Seminare

Seite 5 von 7

Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®
Deutsche Gesellschaft für
Hypertonie und Prävention

Berliner Str. 46, 69120 Heidelberg

Telefon: 062 21/58855-0

Telefax: 062 21/58855-25

info@hochdruckliga.de

www.hochdruckliga.de

- Erklären Sie dem Probanden nach der Messung das Ergebnis der Messung. Notieren Sie unbedingt das Messergebnis und händigen Sie ihm das Ergebnis aus.
- Wiederholen Sie nach einer Minute die Messung am selben Arm, falls hierfür Zeit ist. Notieren Sie dann den zweiten Wert. Bei Probanden mit Vorhofflimmern sollten Sie drei Messungen im Abstand von je einer Minute vornehmen und den Mittelwert notieren.
- Sie sollten wissen, wie Sie sich bei deutlich überhöhten Blutdruckwerten verhalten sollten. Bitte beachten Sie hierzu die nachfolgenden Notfallregeln.

4.1 Notfallregeln

Falls der systolische Blutdruck über 200 mmHg bzw. der diastolische Blutdruck über 110 mmHg liegt bzw. beide Werte über diesen Grenzwerten liegen. Wiederholen Sie nach einigen Minuten die Blutdruckmessung, falls der Proband ohne weitere Symptome ist. Verdeutlichen Sie dem Probanden, dass Blutdruckwerte über 200/110 mmHg für ihn gefährlich sein können und er sich zeitnah mit einem Arzt abstimmen sollte!

Falls bei einem Probanden eines oder mehrere der nachfolgenden Symptome auftreten, sollten Sie wegen Verdacht auf einen Schlaganfall/Herzinfarkt sofort den Notarzt über 112 anrufen. Das gilt unabhängig davon, welchen Blutdruck Sie messen:

- Massives Engegefühl in der Brust. Heftiger Druck bzw. starkes Einschnürungsgefühl im Herzbereich. Heftiges Brennen.
- Benommenheit oder sogar Bewusstlosigkeit. Akut auftretendes Schwäche-, Lähmungs- oder Taubheitsgefühl einseitig auf einer Körperseite.
- Sprechstörung oder Sprachverständnisstörung. Verschwommenes Sehen oder Doppelbilder. Akutes starkes Angstgefühl.
- Sehr starke, ungewohnte, plötzlich auftretende Kopfschmerzen. Neu auftretende oder starke Atemnot. Kalter Schweiß und blasse bzw. fahle Haut.

5 Informationsmaterial für Probanden/Weitergabe der Messwerte an den Probanden

5.1 Weitergabe der Blutdruckwerte

Messblock (derzeit in Überarbeitung, sprechen Sie uns hierzu an)

5.2 Weitergabe der Blutdruckwerte mit weiteren Risikoparametern

Hierfür steht der Herzrisikorechner bereit. Wenn Sie die Daten über den Browser am PC/Laptop eingeben, können Sie das Ergebnis mit einer Empfehlung für Ihren Probanden auch ausdrucken: www.hochdruckliga.de/herzrisiko.html

5.3 Verfügbare Materialien als Aktionsware

- Herzrisikorechner App: www.hochdruckliga.de/herzrisiko.html
- Postkarten (für Aufsteller): Bewerbung Druckpunkt Probe-Abo bzw. Bewerbung Herzrisikorechner, Notfall-Postkarte
- Aufsteller für Postkarten
- Aktionsbroschüre „Ich bleib mir treu!“ (44 Seiten)
- Blutdruck-Pässe
- Druckpunkte
- Patientenleitfaden 2017 (früher Patientenleitlinie)
- Mitgliederfaltblatt



Bitte beachten Sie auch unser Faltblatt mit einem vollständigen Überblick über unsere Aktionsmaterialien.

6 Qualifikation zum Blutdruckmess-Spezialisten

Die Hochdruckliga qualifiziert Blutdruckmessspezialisten. Sprechen Sie uns darauf an, dass wir auch Sie zum Blutdruckmess-Spezialisten schulen können.

7 Dokumentation der Messwerte für interne Auswertungen

„Tue Gutes und rede darüber!“ Diese Weisheit gilt unverändert. Nicht immer bekommen wir Ihre Aktionen mit. Wir würden uns freuen, wenn Sie uns im Vorfeld Ihre Veranstaltung ankündigen bzw. im Nachgang auch eine Aktivitäten-Rückmeldung über folgendes Onlineformular geben: www.hochdruckliga.de/aktivitaetenmeldung.html

Helfen Sie mit, dass wir Ihre Aktivitäten zentral sammeln und auswerten können. Damit steigt unser politisches Gewicht bei der politischen Vertretung der wichtigsten Volkskrankheit in Deutschland.

Organisationstipps für öffentliche Blutdruckmessaktionen bzw. Arzt-Patienten- Seminare

Seite 6 von 7

Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®
Deutsche Gesellschaft für
Hypertonie und Prävention

Berliner Str. 46, 69120 Heidelberg

Telefon: 062 21/58855-0

Telefax: 062 21/58855-25

info@hochdruckliga.de

www.hochdruckliga.de

Hochdruckliga



Die Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL® bündelt die Expertise zur arteriellen Hypertonie in Deutschland. Gegründet 1974, engagiert sie sich seitdem für eine bessere Versorgung von Menschen mit Bluthochdruck. Weltweit bleibt Bluthochdruck die größte Gefahr für die Gesundheit. Deshalb verfolgt die DHL® das Ziel „30-50-80“: Jeder Mensch ab 30 Jahren sollte seinen Blutdruck kennen. Ab 50 sollte der Blutdruck bei jedem kontrolliert und gut eingestellt sein. Menschen mit 80 sollten nicht an Folgeschäden des Bluthochdrucks wie Schlaganfall oder Herzinfarkt leiden.

Organisationstipps für öffentliche Blutdruckmessaktionen bzw. Arzt-Patienten-Seminare

Seite 7 von 7

**Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®
Deutsche Gesellschaft für
Hypertonie und Prävention**

Berliner Str. 46, 69120 Heidelberg

Telefon: 062 21/5 88 55 - 0

Telefax: 062 21/5 88 55 - 25

info@hochdruckliga.de

www.hochdruckliga.de

Über die Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®

Die Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL® | Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention ist ein gemeinnütziger Verein zur Bekämpfung der arteriellen Hypertonie. Die Gesellschaft wurde 1974 gegründet, um die schlechte Versorgungslage von Patienten mit Bluthochdruck zu verbessern. Vor 17 Jahren noch waren nur 42 % der behandelten Hypertoniker gut eingestellt. Heute sind knapp über 70 % der behandelten Hypertoniker gut eingestellt. Das ist auch ein Verdienst der Deutschen Hochdruckliga. Die große Stärke des Vereins ist seine breite Mitgliederbasis. Betroffene, Ärzte und Wissenschaftler engagieren sich gemeinsam im Kampf gegen eine Krankheit, die bei vielen Betroffenen immer noch viel zu spät erkannt wird. Über 6.000 Mitglieder gibt es inzwischen, rund 3.200 Ärzte und 2.800 Laien. Das Selbstverständnis der Deutschen Hochdruckliga drückt sich bereits in ihrem Namen aus. Der Name „Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®“ zeichnet den gemeinnützigen Verein als zweckgerichtetes Bündnis verschiedener beteiligter Gruppen aus. Die im gleichen Maße verwendete Bezeichnung „Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention“ weist den Verein als medizinische Fachgesellschaft aus. In der Deutschen Hochdruckliga arbeiten u.a. Allgemeinmediziner, Kardiologen, Nephrologen, Neurologen und Sportmediziner zusammen, was der integralen Versorgung der Patienten zu Gute kommt. Arterielle Hypertonie ist kein nationales Problem, sondern weltweit der wichtigste Risikofaktor für die großen Killer Herzinfarkt und Schlaganfall. Im Kampf gegen Bluthochdruck sind internationale Ansätze wie abgestimmte Forschungsprojekte, gemeinsame Therapieempfehlungen und auch die Unterstützung politischer Maßnahmen besonders wichtig. Deshalb arbeitet die Hochdruckliga mit vielen Fachgesellschaften/Organisationen national wie international eng zusammen. Die Bedeutung der Blutdruckselbstmessung wurde schon früh erkannt. Die regelmäßige Messung des Blutdrucks durch die Betroffenen selbst ist ein wichtiger Bestandteil der Behandlung. Die selbst gemessenen Werte der Patienten zeigen dem Arzt, wie sich der Blutdruck über einen längeren Zeitraum verhält. Voraussetzung dafür sind zuverlässige Messwerte. Viele im Handel erhältliche Blutdruckmessgeräte liefern aber nur ungenaue Werte. Experten der Deutschen Hochdruckliga überprüfen daher regelmäßige Blutdruckmessgeräte. Wenn die Geräte die strengen Kriterien erfüllen, erhalten Sie das Prüfsiegel der Deutschen Hochdruckliga für Messgenauigkeit. Mit einem eigenen Zertifizierungssystem möchte die Deutsche Hochdruckliga auch die medizinische Betreuung von Patienten mit Bluthochdruck verbessern und ihnen eine an hohen Qualitätsmaßstäben orientierte Behandlung ermöglichen. Fast 3.900 Ärzte wurden seit 2005 durch die Deutsche Hypertonie Akademie zu Hypertensiologen DHL® fortgebildet. Für die Ärzte besteht eine jährliche Fortbildungsverpflichtung. Seit 2012 wurden zudem 144 Hypertoniezentren zerti-

fiziert. Diese sind insbesondere für eine umfassende Diagnostik der Hypertoniker zuständig. Seitdem haben sich bereits 80 Krankenhäuser und 64 Facharztzentren als Hypertoniezentrum DHL® zertifiziert lassen. Die Hypertoniezentren müssen sich alle drei Jahre rezertifizieren lassen. Zahlreiche Mitglieder der Deutschen Hochdruckliga sind Betroffene, die in den Selbsthilfegruppen der Deutschen Hochdruckliga organisiert sind. Vor 36 Jahren im Jahr 1989 wurde die erste Selbsthilfegruppe gegründet, knapp 50 Selbsthilfegruppen existieren derzeit. Die Gemeinschaft einer Gruppe hilft, mit der Krankheit besser zu Recht zu kommen. Die Selbsthilfegruppen sind so unterschiedlich wie ihre Teilnehmer. Die Selbsthilfegruppen werden durch erfahrene ärztliche Mitglieder der Deutschen Hochdruckliga beraten. Die Deutsche Hochdruckliga gibt seit 1985 für Laien eine eigene Zeitschrift für Prävention und Behandlung des Bluthochdrucks und seiner Folgen heraus: Das Gesundheitsmagazin DRUCKPUNKT. Der DRUCKPUNKT erscheint drei- bis viermal im Jahr mit einer Auflage von jeweils 22.000 Exemplaren. Das Herz-Kreislauf-Telefon wurde 1992 ins Leben gerufen. Über 77.000 Betroffene haben bisher um Rat gesucht. Als gemeinsame Initiative der Welt Hypertonie Liga und Deutschen Hochdruckliga findet jedes Jahr am 17. Mai der Welt Hypertonie Tag statt (www.hypertonietag.de). Der weltweite Aktionstag soll auf den Bluthochdruck und seine Folgen aufmerksam machen. Wichtigstes Ziel ist dabei, dass möglichst viele Betroffene von ihrer Krankheit erfahren und möglichst viele gute Werte erreichen. In einer Vielzahl von Aktionen, Arzt-Patienten-Foren und Gesundheitstagen informieren Experten aus Klinik und Praxis, aber auch Apotheken und Selbsthilfegruppen deutschlandweit über Bluthochdruck und seine Folgen ein. Forscher und Ärzte machen sich stark für die klinische und experimentelle Erforschung der Hypertonie und für die Verbesserung von Diagnostik und Therapie im Rahmen evidenzbasierter Forschungsergebnisse. Die Deutsche Hochdruckliga veranstaltet jährlich einen wissenschaftlichen Fachkongress. Der nächste, der 40. Wissenschaftliche Kongress der Deutschen Hochdruckliga findet vom 1. bis zum 3. Dezember 2016 in Berlin statt. Er steht unter dem Leitthema „Hypertonie in Bewegung“. Bis Ende 2015 finanzierte die Deutsche Hochdruckliga noch eine Stiftungsprofessur. Die deutsche Hochdruckliga fördert aktiv junge Wissenschaftler durch Forschungspreise und Stipendien. Das Forum junge Hypertensiologen wurde als Plattform vor allem für aktive Nachwuchswissenschaftler gegründet. Für Ärzte in der Weiterbildung bietet die Deutsche Hochdruckliga unter anderem eine Summer School an. An vier Nachwuchsforschern wurden 2013 und 2014 zudem Forschungsstipendien vergeben.