

- Dr. med. Christoph Schriever, Sternplatz 1, 58511 Lüdenscheid, Tel: 02351 28970
- Dr. med. Jürgen Janott, Sternplatz 1, 58511 Lüdenscheid, Tel: 02351 679128
- Nierenzentrum Lüdenscheid, Buckesfelder Str. 105a, 58509 Lüdenscheid, Tel: 02351 96871
- Praxis radprax MVZ Arnsberg GmbH, Ernst-Moritz-Arnd Str. 17, 58840 Plettenberg, Tel: 02391 63302

Hypertonie Grenzwerte nach Mess-Umfeld: (mmHg)

Praxisblutdruck: 140/90

Häuslicher RR MW: 135/85 (HBPM)

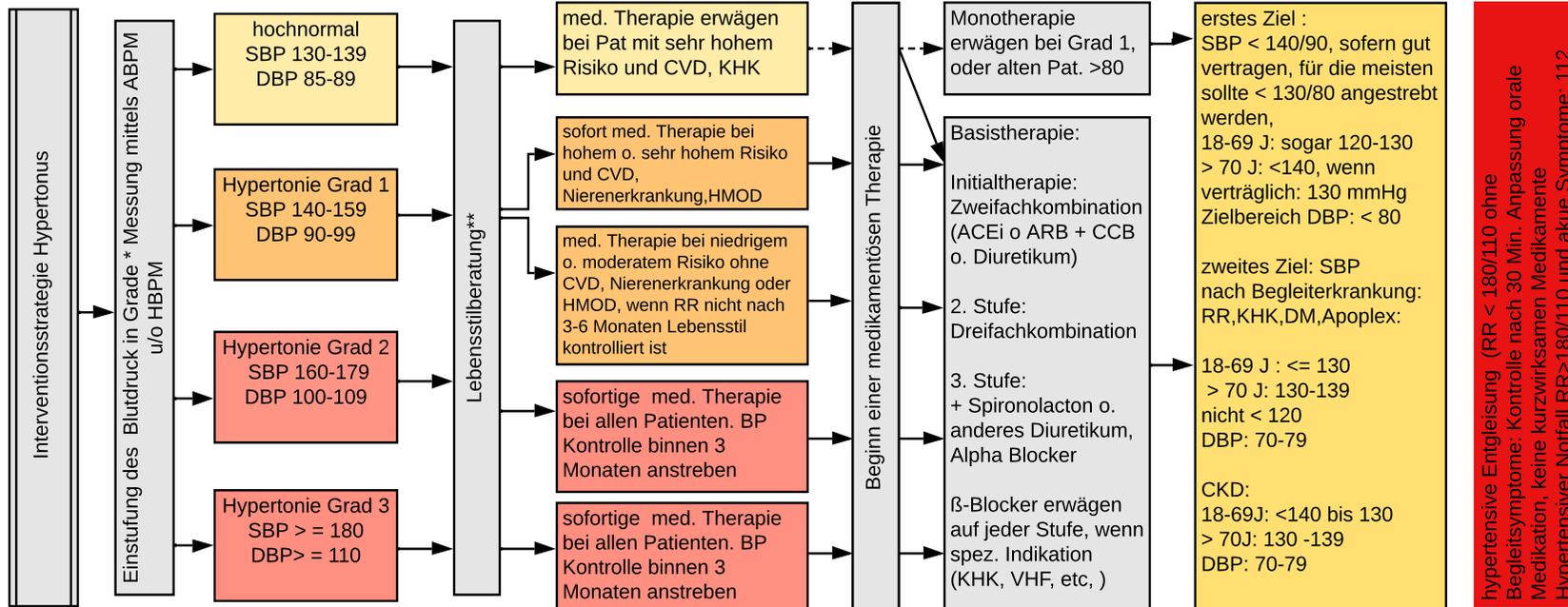
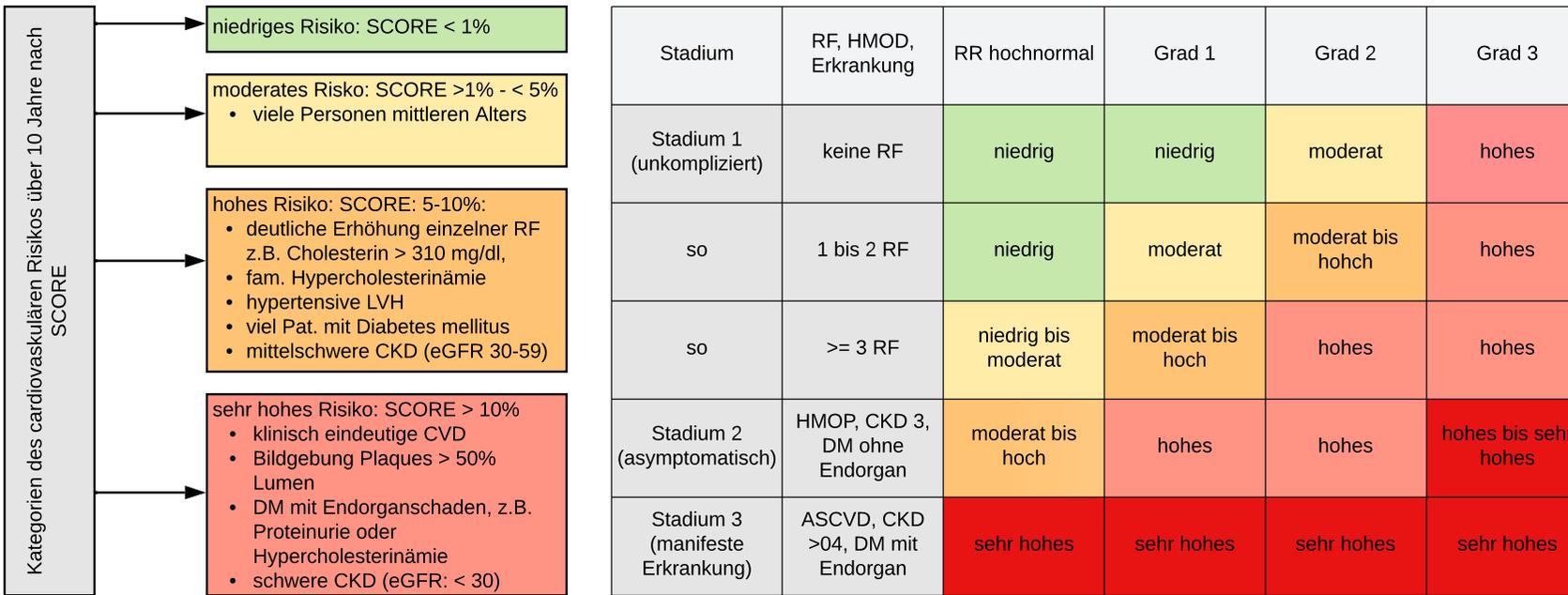
**24 h LZRR (ABPM):**  
 Tagesmittelwert: 135/85  
 Nachtmittelwert: 120/70  
 24 h mittelwert: 130/80

Diagnostik Endorganschäden (HMOD):

- **12-Kanal EKG**
- **Albumin/Kreatinin Quotient**
- **Serumkrea und eGFR**
- Funduskopie ab Grad 2
- Carotissonographie
- Abd. Sonographie
- Echocardiographie, wenn EKG auffällig
- ABI

**\*\* Lebensstilberatung:**

- NaCl Zufuhr < 5-6 g/Tag
- Alkoholbeschränkung (100g/Woche)
- mediterrane Kost
- Regulierung Körpergewicht
- aerobe Belastung 5x30 Min
- Rauchentwöhnung
- Stressabbau



Sekundäre Hypertonieformen (Prävalenz bei Hypertonikern)

- obstruktive Schlaf Apnoe (5-10%)
- renoparenchymatös (2-10%)
- renovasculär (1-10%)
- primärer Hyperaldosteronismus (5-15%)
- Phäochromozytom (<1%)
- Cushing syndrom (<1%)
- Hypo- oder Hyperthyreoidismus (1-2%)
- Hyperparathyreoidismus (<1%)
- Aortenisthmusstenose (<1%)

Monitoring unter Therapie.

1. Kontrolle 4-6 Wochen, Folgekontrollen jährlich bzw Quartal (z.B. bei CNI, CHI)

- Blutdruck, Puls, Kontrolle RR Pass.(5-7 Tage vor Termin, 2x tgl - MW)
- Adhärenz, Gewicht, Labor: Elyte, eGFR)