

Schon leicht erhöhte Blutdruckwerte erhöhen das Herz-Kreislauf-Risiko

Datum: 16.10.2019

Original Titel:

Prehypertension and risk of cardiovascular diseases: a meta-analysis of 47 cohort studies

DGP - Bereits leicht erhöhte Blutdruckwerte (systolischer Blutdruck ab 120 mmHg oder diastolischer Blutdruck ab 80 mmHg) gingen mit einem erhöhten Herz-Kreislauf-Risiko einher. Zu diesem Ergebnis kamen die Wissenschaftler in der vorliegenden Übersichtsarbeit, in der sie die Ergebnisse mehrerer bereits veröffentlichter Studien zusammenfassten.

In Deutschland gelten Blutdruckwerte ab 140 zu 90 mmHg als Bluthochdruck. Doch schon ab oberen Blutdruckwerten (systolischer Blutdruck) von 120 bis 139 mmHg oder unteren Blutdruckwerten (diastolischer Blutdruck) von 80-89 mmHg ist von einem leicht erhöhten Blutdruck die Rede. Doch wie wirken sich solche leicht erhöhten Blutdruckwerte auf das Herz-Kreislauf-Risiko aus? Dass Bluthochdruck das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen allgemein und speziell das Risiko für die [koronare Herzkrankheit](#) (KHK), Herzinfarkt und Schlaganfall erhöht, ist bereits bekannt. Doch gilt das auch für einen leicht erhöhten Blutdruck? Mit dieser Frage setzten sich Wissenschaftler aus China auseinander.

Wissenschaftler verglichen Personen mit einem leicht erhöhten Bluthochdruck mit Personen mit einem Blutdruck im Normbereich

Um sich einen Überblick über die derzeitige Datenlage zu dieser Thematik zu verschaffen, durchsuchten die Wissenschaftler internationale Datenbanken nach geeigneten Studien, die bis Anfang November 2018 veröffentlicht wurden. Sie fanden insgesamt 47 Studien, die die Daten von 491666 Teilnehmern enthielten. Die Wissenschaftler verglichen das Herz-Kreislauf-Risiko von Patienten mit leicht erhöhtem Bluthochdruck mit dem von Patienten mit einem Blutdruck im Normbereich. Als Normbereich galten systolische Blutdruckwerte von unter 120 mmHg und diastolische Blutdruckwerte von unter 80 mmHg.

Größeres Herz-Kreislauf-Risiko bei leicht erhöhtem Blutdruck

Bei dem Vergleich fiel auf, dass ein leicht erhöhter Bluthochdruck mit einem höheren Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen allgemein einherging (1,4-mal so hohes Risiko). Und auch das Risiko speziell für KHK (1,4-mal so hohes Risiko), Herzinfarkt (1,86-mal so hohes Risiko) und Schlaganfall (1,66-mal so hohes Risiko) erhöhte sich mit leicht erhöhten Blutdruckwerten. Die Wissenschaftler betrachteten die Patienten mit leicht erhöhten Blutdruckwerten noch einmal genauer - und zwar indem sie diese in zwei weitere Gruppen einteilten: leicht erhöhte Blutdruckwerte im niedrigen Bereich (systolischer Blutdruck von 120 bis 129 mmHg oder diastolischer Blutdruck von 80 bis 84 mmHg) und leicht erhöhte Blutdruckwerte im höheren Bereich (systolischer Blutdruck von 130 bis

139 mmHg oder diastolischer Blutdruck von 85 bis 89 mmHg). Bei der weiteren Analyse fiel auf, dass selbst der leicht erhöhte Blutdruck im niedrigen Bereich im Vergleich zu einem Blutdruck im Normbereich mit einem höheren Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen allgemein (1,42-mal so hohes Risiko), für Herzinfarkte (1,43-mal so hohes Risiko) und für Schlaganfall (1,52-mal so hohes Risiko) zusammenhing. Nicht weiter verwunderlich war in diesem Zusammenhang, dass auch dann ein größeres Herz-Kreislauf-Risiko bestand, wenn die Teilnehmer leicht erhöhte Blutdruckwerte im höheren Bereich aufwiesen. In diesem Fall war das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen allgemein 1,81-mal so hoch, das Risiko für KHK 1,65-mal so hoch, das Risiko für Herzinfarkt 1,99-mal so hoch und das Risiko für Schlaganfall 1,99-mal so hoch wie für Patienten mit normalen Blutdruckwerten.

Die Studienteilnehmer hatten bereits dann ein erhöhtes Herz-Kreislauf-Risiko, wenn ihre Blutdruckwerte leicht über dem optimalen Bereich von 120/80 mmHg lagen. Patienten mit leicht erhöhtem Blutdruck, der laut Definition noch nicht als Bluthochdruck gewertet wird, wiesen nämlich ein höheres Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen allgemein, für die KHK, für Herzinfarkt und für Schlaganfall auf als Personen mit Blutdruckwerten im Normbereich. Es scheint folglich auch schon bei leicht erhöhten Blutdruckwerten sinnvoll zu sein, diese in den Normbereich zu bringen.

Referenzen:

Han M, Li Q, Liu L, Zhang D, Ren Y, Zhao Y, Liu D, Liu F, Chen X, Cheng C, Guo C, Zhou Q, Tian G, Qie R, Huang S, Wu X, Liu Y, Li H, Sun X, Zhang M, Hu D. Prehypertension and risk of cardiovascular diseases: a meta-analysis of 47 cohort studies. J Hypertens. 2019 Jul 22. doi: 10.1097/HJH.0000000000002191. [Epub ahead of print]

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“