

Blutdruck in Deutschland: Daten und Fakten

Originalveröffentlichung: Neuhauser HK, Adler C, Rosario AS, Diederichs C, Ellert U (2014) Hypertension prevalence, awareness, treatment and control in Germany 1998 and 2008–11, Journal of Human Hypertension, doi:10.1038/jhh.2014.82

- Laut Daten aus der „Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland“ (DEGS1) des Robert Koch-Instituts hat in Deutschland jeder dritte Erwachsene einen Bluthochdruck (rund 20 Millionen Erwachsene).
- In der höchsten untersuchten Altersgruppe von 70- bis 79-Jährigen haben sogar drei von vier Erwachsenen eine Hypertonie.
- Der Bekanntheitsgrad der Hypertonie liegt bei über 80%. Im Umkehrschluss bedeutet dies aber auch, dass einer von fünf Erwachsenen mit hypertensivem Blutdruck von seinem erhöhten Blutdruck nichts weiß.
- Von den Betroffenen, die davon wissen, sind 88% behandelt. Bezogen auf alle Erwachsenen mit Hypertonie (bekannt oder unbekannt) sind über 70% behandelt.
- Von den Behandelten sind über 70% kontrolliert behandelt, d.h. unter Behandlung liegt ihr Blutdruck nicht mehr über dem Hypertoniegrenzwert von 140 mmHg systolisch oder 90 mmHg diastolisch. Bezogen auf alle Erwachsenen mit Hypertonie (bekannt oder unbekannt) sind etwas über die Hälfte kontrolliert behandelt.
- Die Bedeutung von hohem Blutdruck für die Gesundheit wird nur teilweise durch den Hypertoniegrenzwert von 140/90 mmHg erfasst. Bereits unter diesem Grenzwert kann der Blutdruck das Risiko für Herz-Herz-Kreislaferkrankungen erhöhen. Daher gilt als optimal, wenn der Blutdruck unter 120/80 mmHg liegt. Zwischen optimal (unter 120/80) und hypertensiv (über 140/90) wird der Blutdruck zwar nicht medikamentös gesenkt, aber er ist nicht harmlos.
- Im Vergleich zu 1998 (Bundes-Gesundheitssurvey 1998, BGS98) zeigen die aktuellen Daten aus DEGS1, dass der Blutdruck in Deutschland deutlich abgenommen hat und dass sich das Blutdruckmanagement deutlich verbessert hat. Die Ergebnisse zeigen jedoch auch, dass junge Männer von dieser positiven Entwicklung nicht profitiert haben (in dieser Gruppe ist der durchschnittliche systolische Blutdruck sogar gestiegen).
- Die Prävalenz der Hypertonie ist in Deutschland seit 1998 fast gleich geblieben. Während 1998 jedoch weniger als ein Viertel der Hypertoniker einen kontrollierten Blutdruck hatten, waren es 2008-2011 etwas mehr als die Hälfte. Die Prävalenz der unkontrollierten Hypertonie ist in dem Zeitraum deutlich gesunken (von 23% auf 15%).
- Trotz des positiven Trends bleibt ein hohes Präventionspotenzial (der Durchschnitt des systolischen Blutdrucks in Deutschland ist mit 124 mmHg nicht optimal; fast 60% der Erwachsenen zwischen 18 und 79 Jahren haben einen nicht-optimalen Blutdruck).
- Bei etwa der Hälfte dieser Hypertoniker ist der Blutdruck durch Behandlung so eingestellt, dass er nicht mehr über dem Grenzwert für eine Hypertonie liegt. Bei der anderen Hälfte, d.h. bei 15,4% der Erwachsenen in Deutschland, ist der Blutdruck, teils mit, teils ohne Behandlung, nach wie vor noch über dem Hypertoniegrenzwert von 140 mmHg systolisch und 90 mmHg diastolisch. Diese erhöhten Werte sind meistens, d.h. bei 86,4% der Fälle, in dem Bereich einer Grad 1 Hypertonie (systolisch 140-159 und diastolisch 90-99 mmHg).