

Den Blutdruck wirklich senken? – Ein kritischer Blick auf die Grenzwert-Debatte

Michael Petersen

Seit im Jahre 2017 in den USA die Grenzwerte zum Bluthochdruck gesenkt wurden, gibt es unterschiedliche Maßstäbe, wann wir von Bluthochdruck sprechen. Weltweit gab es kritische Stimmen aus der Wissenschaft zur Senkung der Grenzwerte. Andere halten sie für notwendig. Währenddessen setzen Ganzheitsmediziner auf einen anderen Ansatz, indem sie auf die Ursachensuche gehen.



Standardempfehlung auf dem Prüfstand

Ihr Blutdruck muss runter – so lautet eine Standard-Verordnung im Praxisalltag. Ansonsten würden Herzinfarkt, Schlaganfall und noch vieles mehr drohen, ist die eindrückliche Warnung der Mediziner. Doch ist diese pauschale Empfehlung immer richtig? Wie kritisch eine solche Pauschalierung sein kann, zeigen neuere Untersuchungsergebnisse. Beispielsweise sei das Sterberisiko für Menschen über 80 Lebensjahren erhöht, wenn der Blutdruck auf unter 140/90 mmHg eingestellt wird. Davor warnt auch die renommierte Charité und beruft sich auf eine umfangreiche Untersuchung, zu der die Daten von 1.600 Betroffenen im Alter von über 70 Jahren ausgewertet wurden. Die Ergebnisse sind vielsagend: Bei den über 80-jährigen mit Blutdruck-Werten unter 140/90 mmHg bestand ein um 40 Prozent höheres Sterberisiko gegenüber der Vergleichsgruppe mit Werten darüber. Und bei den Patienten, die bereits einen Schlaganfall oder Herzinfarkt hinter sich hatten, war das Risiko sogar um 61 Prozent erhöht.¹

Vor diesem Hintergrund wird die seit geraumer Zeit schwelende Grenzwert-Diskussion nachvollziehbar. Ausgelöst hat sie die Anpassung des Schwellenwertes für die Definition von Bluthochdruck in den USA durch das *American College of Cardiology* und die *American Heart Association* (ACC/AHA) im Jahre 2017. Dort wurde der Schwellenwert von 140/90 mmHg auf 130/80 mmHg herabgesetzt. Seither entscheidet sich die Frage, ob jemand Bluthochdruck hat oder nicht, nach seinem Reisepass, denn in Europa wurde die Leitlinie nicht angepasst. Die europäische Leitlinienkommission ist den USA nicht gefolgt, schlicht aus Gründen mangelnder Evidenz. Dies führt zu dem Kuriosum, dass ein Amerikaner bereits Bluthochdruck hat, wenn ein Europäer noch als gesund gilt.

International kontroverse Diskussion zum Bluthochdruck

Aber nicht nur in Europa, sondern international stieß der Vorstoß der USA auf Kritik. So hat sich beispielsweise der Australisch-Neuseeländische Hochschulverband/Institut Ranke-Heinemann ablehnend geäußert. Für rund achtzig Prozent der Betroffenen hätte die Senkung des Schwellenwertes überhaupt keinen Vorteil im Hinblick auf das Risiko für Herz- und Kreislauferkrankungen. Im Gegenteil sei zu befürchten, dass deutlich mehr Menschen als krank eingestuft werden, obwohl sie eventuell nur ein sehr geringes Krankheitsrisiko haben, demgegenüber aber von Nebenwirkungen durch eine pharmazeutische Behandlung betroffen sind.²

Auch die Technische Universität München kann keine Vorteile ausmachen, sondern befürchtet eher Nachteile. Die Auswertung der Daten von rund 12.000 Probanden innerhalb eines Zeitraumes von zehn Jahren hätte kein signifikant höheres Risiko ergeben, an einer Herz-Kreislauferkrankung zu sterben.³

Wohlgemerkt, wir sprechen hier nicht über exorbitant hohe Blutdruckwerte von Herzinfarkt-Risikopatienten, sondern von Blutdruckwerten im niedrigschwelligen Bereich. Verständlich, dass dieses Gerangel um den Grenzwert bei vielen Medizinern auf Unverständnis stößt. Gleichwohl bleibt die Unruhe unter den Medizinern, was wohl in erster Linie der Angst vor der Haftung geschuldet ist. Und den warnenden Stimmen aus anderen Untersuchungsergebnissen. So hat beispielsweise das Max-Planck-Institut für Kognitions- und Neurowissenschaften herausgefunden, dass bei Menschen zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr schon bei leicht erhöhten Blutdruckwerten das Hirnvolumen verändert sein könne. Das habe die Auswertung von Daten von 423 Menschen im Durchschnittsalter von 28 Jahren ergeben. Jene mit erhöhten Blutdruckwerten hätten häufiger eine geringere graue Substanz als Menschen mit normalem Blutdruck. Bemerkenswert ist allerdings, dass die Studie nicht beweisen konnte, dass der über die Norm erhöhte Blutdruck tatsächlich dafür verantwortlich war.⁴

Aus allen diesen Diskussionen wird die Lehre klar, die wir daraus ziehen sollten: Man kann nicht alle über einen Kamm scheren. Jeder Mensch ist ein Individuum. Vorausschauende Mediziner plädieren deshalb für eine individuelle Betrachtung des Einzelfalls.

Auch die *Deutsche Hochdruckliga e.V.* folgt dieser Betrachtungsweise. In einer Pressemeldung heißt es dazu, dass die moderne Bluthochdrucktherapie individualisiert werden sollte.⁵ Darüber hinaus sollte frühzeitig auf den Blutdruck geachtet werden.

Ob man es allerdings so machen sollte, wie es vom Universitätsklinikum Leipzig AöR vorgeschlagen wurde, scheint auch fragwürdig. Dort hatte man die Idee, schon im Kindes- und Jugendalter die Blutdruckwerte zu beobachten, beispielsweise bei den U-Untersuchungen. Wichtig ist allerdings, wie es dort heißt, dass es darauf ankomme, dass die Blutdruck-Werte lebenslang moderat gehalten werden.⁶ Der Zeitfaktor spielt auch für die Wissenschaftler der Universität Duisburg-Essen eine maßgebliche Rolle. Diese gehen davon aus, dass ein erhöhter Blutdruck schon früh zu Schädigungen führt. Außerdem befürchten sie, dass diese später auf Behandlungen nicht mehr ansprechen.⁷

Die Ganzheitsmediziner in der Blutdruck-Debatte

Die Blutdruckfrage frühzeitig anzugehen, ist auch im Sinne der Ganzheitsmedizin. Allerdings verfolgt diese einen anderen Ansatz. Ihr Verständnis zum Blutdruck lässt sich in etwa wie folgt beschreiben: Erhöht sich der Arbeitsdruck in den Blutgefäßen, so hat das immer einen Grund. Dieser tritt nicht unbedingt direkt offen zutage, aber aus Perspektive der Ganzheitsmedizin lohnt es, den Ursachen genauer nachzuforschen, um die für den individuellen Einzelfall passende Therapie anbieten zu können.

Wie vielseitig die Ursachen sein können, bestätigt auch die Wissenschaft mit immer neuen Erkenntnissen. Hier einige bemerkenswerte Beispiele aus der jüngeren Vergangenheit: Die Universität Greifswald hat Risikogene gefunden, die nicht nur zu Nierenschäden führen, sondern auch zu Bluthochdruck.⁸ Wissenschaftler des *Forschungsverbund Berlin e.V.* haben entdeckt, dass eine Genmutation im Chloridkanal zu einer Überproduktion von Aldosteron und damit zum Bluthochdruck führen kann.⁹ Und das *Helmholtz Zentrum München – Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt* berichtete davon, dass Störungen des Glukokortikoide-Haushalts nicht nur zu Regulationsstörungen im Zucker- und Fettstoffwechsel führen können, sondern auch zu Bluthochdruck.¹⁰

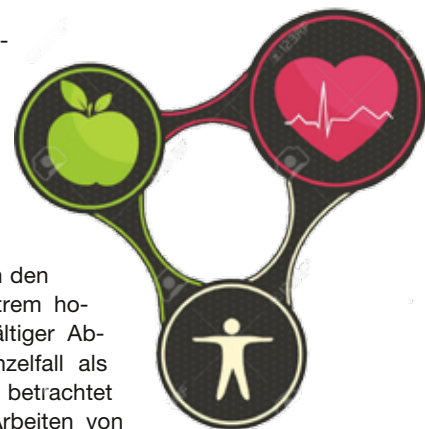
Diese wenigen Beispiele aus den zurückliegenden Monaten zeigen, wie vielseitig die ursächlichen Zusammenhänge sind. Ganzheitsmediziner gehen davon aus, dass das Spektrum noch viel größer ist. Deshalb ist es wichtig, ganzheitlich den Organismus zu regulieren, indem entsprechende Störungen in den Regulationssystem ermittelt und sanft reguliert werden. Wer sich mit der bioenergetischen Medizin beschäftigt, kann das bestätigen. Bei der Austestung mit Bioresonanz nach Paul Schmidt finden sich bei Betroffenen beispielsweise regelmäßig eine ganze Vielzahl von energetischen Regulationsstörungen, die sich mit einem Bluthochdruck in Beziehung setzen lassen. Das dortige Testprotokoll umfasst über 70 Positionen zu möglichen Ursachenzusammenhängen.

Typische Fallbeispiele von Therapeuten

Ein paar Beispiele aus einem Fundus an Erfahrungsberichten verdeutlichen, welche Beobachtungen die Anwender der bioenergetischen Medizin bei Bluthochdruck-Patienten machten. Eine 56-jährige Bankangestellte mit klinisch festgestellter Hypertonie unter anderem zeigte im Test mit Bioresonanz nach Paul Schmidt energetische Regulationsstörungen im Säure-Basen-Haushalt und in den sogenannten Ausschleusungssystemen, allgemein auch Entgiftungssysteme genannt.^{11a} Im Bioresonanztest eines 61-jährigen Lehrers mit klinisch diagnostizierter Hypertonie, Schlafapnoe und Herpes labialis fanden sich Hinweise auf energetische Regulationsstörungen des Lymph- und Immunsystems, insbesondere der Abwehrlage im Milieu der bakteriellen und viralen Mikroorganismen, sowie des Hormonsystems.^{11b} Und bei einer 63-jährigen Friseurin zeigten sich bei einer klinisch bestätigten Hypertonie typische Hinweise auf Störungen des Stoffwechsels bereits in der Symptomatik wie Oberbauchbeschwerden, Übelkeit und Übergewicht. Der Bioresonanztest ergab unter anderem energetische Regulationsstörungen des Stoffwechsels und des Immunsystems.^{11c} Ein paar wenige Beispiele, die die Vielseitigkeit des energetisch ganzheitlichen Zusammenhangs bei Bluthochdruck unterstreicht.

Resümee

Bluthochdruck hat die vielfältigsten Ursachen, die sich im Blickwinkel des ganzheitlich-ursachenorientierten Ansatzes verfolgen lassen. Es gilt, für eine ganzheitlich optimierte Regulation im Organismus zu sorgen. Klinische Interventionen gegen den Bluthochdruck sollten bei extrem hohen Werten und unter sorgfältiger Abwägung der Situation im Einzelfall als vorübergehende Maßnahme betrachtet werden. Das Hand-in-Hand-Arbeiten von klinischer und ganzheitlicher Medizin müsste im Interesse des Betroffenen Patienten oberste Priorität haben.



Autor:

Michael Petersen, Heilpraktiker, Autor, Online-Redakteur
Redaktion mediportal-online
Ried 1e
88161 Lindenberg
E-Mail: info@mediportal-online.eu
www.mediportal-online.eu
www.bioresonanz-zukunft.de

Quellenangaben

- 1 Den Blutdruck zu senken ist gesund! Oder?, Charité-Universitätsmedizin Berlin, Informationsdienst Wissenschaft (idw), <https://idw-online.de/de/news711693>
- 2 Risiken und Nutzen bei der Veränderung der Leitlinien zur Definition von Bluthochdruck, Australisch-Neuseeländischer Hochschulverband / Institut Ranke-Heinemann, Informationsdienst Wissenschaft (idw), <https://idw-online.de/de/news693325>
- 3 Neue US-Richtlinie für Bluthochdruck bietet keine Vorteile für Betroffene, Technische Universität München, Informationsdienst Wissenschaft (idw), <https://idw-online.de/de/news706641>
- 4 Blutdruck über Normalwert kann schon bei jungen Erwachsenen auf Hirnschäden hinweisen, Max-Planck-Institut für Kognitions- und Neurowissenschaften, <https://idw-online.de/de/news709351>
- 5 Neue Europäische Leitlinien für Bluthochdruck: Was ändert sich? <https://www.hochdruckliga.de/pressemeldung/items/neue-europaischen-leitlinien-fuer-bluthochdruck-was-aendert-sich.html>
- 6 Leipziger Kardiologe: Moderate Werte bei Blutdruck und Cholesterin verlängern das Leben, Universitätsklinikum Leipzig AöR, <https://idw-online.de/de/news723811>
- 7 Studie zur Volkskrankheit Bluthochdruck – Dem Risiko vorbeugen, Universität Duisburg-Essen, <https://idw-online.de/de/news727350>
- 8 Neue Risikogene für Nierenschäden entdeckt, Universität Greifswald, <https://idw-online.de/de/news723264>
- 9 Nachweis erbracht: Genmutation in Chloridkanal löst Hyperaldosteronismus aus, Forschungsverbund Berlin e.V., <https://idw-online.de/de/news725298>
- 10 Ernährung kann innere Uhr und hormonelle Reaktionen beeinflussen, Helmholtz Zentrum München – Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt, <https://idw-online.de/de/news726595>
- 11 a) Seite 171, b) Seite 106, c) Seite 166, Sammlung der Erfahrungsberichte zur Bioresonanz nach Paul Schmidt, Fachbuch zur Fortbildung von Therapeuten, Spurbuchverlag, Baunach 2018