STIFTUNG GESUNDHEITS WISSEN

Medikamente gegen Bluthochdruck

Ein zu hoher Blutdruck (Hypertonie) kann mit Medikamenten gesenkt werden.
Diese Behandlung erfordert Disziplin: Damit sie wirken, müssen die Tabletten täglich eingenommen werden – meist ein Leben lang.

Wie wirken Medikamente gegen Bluthochdruck?

Es gibt verschiedene Gruppen von blutdrucksenkenden Medikamenten. Sie setzen an unterschiedlichen Stellen im Körper an. Einige beeinflussen den Salz- und Wasserhaushalt des Körpers. Andere bewirken, dass die Blutgefäße sich erweitern. Manche Medikamente verlangsamen den Herzschlag. Dadurch sinkt der Druck in den Blutgefäßen. Es ist auch möglich, Medikamente mit unterschiedlicher Wirkung zu kombinieren.

Wichtig: Medikamente können den Bluthochdruck nicht heilen. Wenn Sie die Einnahme beenden, steigt auch der Blutdruck wieder.

Wie beginnt eine Behandlung mit Medikamenten?

Verschiedene Menschen sprechen unterschiedlich gut auf Medikamente an. Zu Beginn der Behandlung geht es zunächst darum, das richtige Medikament und die richtige Dosis zu finden. Dabei versucht der Hausarzt, die Hausärztin die Dosis so einzustellen, dass sie den Blutdruck ausreichend senkt, aber nicht zu viele Nebenwirkungen auftreten.

Bei manchen Menschen reicht ein Medikament aus, um den Blutdruck zu senken. Andere benötigen zusätzlich ein zweites oder drittes Medikament.

Wie muss ich die Medikamente einnehmen?

Lassen Sie sich von Ihrem Arzt, Ihrer Ärztin erklären, wie Sie die Medikamente richtig einnehmen. In der Regel sollte die Einnahme täglich, etwa zur selben Zeit erfolgen. Beenden Sie die Behandlung niemals selbstständig, sondern halten Sie immer Rücksprache mit dem Arzt, der Ärztin.

Was kann ich sonst zur Behandlung beitragen?

Sie können die Behandlung mit Medikamenten zusätzlich unterstützen, z. B. indem Sie:

- Weniger Salz essen.
- Sich täglich bewegen oder Sport treiben.
- Abnehmen, wenn Sie übergewichtig sind.
- Ernährung umstellen.
- Nicht rauchen.
- Keinen oder nur wenig Alkohol trinken.
- Für Entspannung im Alltag und ausreichend Schlaf sorgen.

Hier erfahren Sie mehr über die Behandlung von Bluthochdruck:
https://stiftung-gesundheitswissen.de/wissen/hypertonie/medikamente-op

Quelle:
Bundesärztekammer (BÄK), Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV), Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF). Nationale VersorgungsLeitlinie Hypertonie – Langfassung; Version 1.0 - AWMF-Register-Nr. nvl-009; 2023.