

**Neue Wege der Prävention durch Gefäßaltermessung**

## **90 Prozent weniger Herz-Kreislauf-Erkrankungen**

**Bluthochdruck ist der wichtigste Risikofaktor für vorzeitige Todesfälle, für Leben mit Behinderung und in hohem Maße ausschlaggebend für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Eine lebenslange Kontrolle der Risikofaktoren hoher Blutdruck und hohes Cholesterin könnte Herz-Kreislauf-Erkrankungen um 90 Prozent vermindern und somit weitgehend zum Verschwinden bringen.**

Dem steht gegenüber, dass sich in Österreich rund die Hälfte der Menschen mit Bluthochdruck ihrer Erkrankung nicht bewusst ist und somit keine Therapie erhält, die das Risiko für Schlaganfall, Herzinfarkt, Herz- und Nierenschwäche deutlich senkt.

### **Risiko schnell und einfach abklären**

Mit der Messung des Gefäßalters kann rasch und einfach abgeklärt werden, ob ein Risiko zum Bluthochdruck besteht. Dank einer Erfindung aus Österreich, einer Kooperation der kardiologischen Abteilung des Klinikum Wels-Grieskirchen und des AIT Wien (Austrian Institute of Technology, ehemals Seibersdorf), kann man das Gefäßalter sehr einfach mit einer normalen Blutdruckmanschette messen. „Die Berechnung beruht auf Alter, Blutdruck und Form der Blutdruckkurven des Teilnehmers“, erklärt Thomas Weber, Kardiologe am Klinikum Wels-Grieskirchen und Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Hypertensiologie. Eine Messung ist vorerst nur in Oberösterreich möglich: Hier wird in Kooperation mit ausgewählten Apotheken die Messung des Gefäßalters vorgenommen und wissenschaftlich evaluiert.

### **Bei mir wurde erhöhtes Gefäßalter festgestellt. Was kann ich tun?**

In erster Linie ist dann eine Abklärung der Blutdrucksituation wichtig. „Wird erhöhtes Gefäßalter festgestellt, raten wir zur weiteren ärztlichen Untersuchung“, führt Weber aus. „Diese erfolgt meist mit einer 24-Stunden-Blutdruckmessung bei niedergelassenen Fachärzten

für Innere Medizin oder, wenn möglich, auch beim Hausarzt. Der wichtigste Schritt ist die Normalisierung des Blutdrucks, da ein erhöhter Blutdruck eine erhöhte Belastung der Gefäßwand bedeutet.“ Zusätzlich sollten auch die anderen Risikofaktoren, wie Cholesterin, Nikotin, Diabetes, Übergewicht etc., kontrolliert und gegebenenfalls verbessert werden.

#### **Bilder und Zitate:**

**Bild:** Priv.Doz. Dr. Thomas Weber 763\_14.jpg



©Klinikum Wels-Grieskirchen

**Bildtext:** OA Priv.-Doz. Dr. Thomas Weber, Abteilung für Innere Medizin II, Klinikum Wels-Grieskirchen, Präsident der Österreichischen Hochdruckliga und Initiator des Projekts „Kennen Sie Ihr Gefäßalter?“

*„Die Berechnung beruht auf Alter, Blutdruck und Form der Blutdruckkurven des Teilnehmers.“*

*„Wird erhöhtes Gefäßalter festgestellt, raten wir zur weiteren Abklärung zu einer ärztlichen Untersuchung. Diese erfolgt meist mit einer 24-Stunden-Blutdruckmessung bei niedergelassenen Fachärzten für Innere Medizin oder, wenn möglich, auch beim Hausarzt. Der wichtigste Schritt ist die Normalisierung des Blutdrucks, da ein erhöhter Blutdruck eine erhöhte Belastung der Gefäßwand bedeutet.“*

**Bilder:** DSC\_9065.jpg und DSC\_9068.jpg



**Bildtext:** Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer bei der Gefäßaltermessung anlässlich des ORF Aktionstags Gesundheit

### **Weiterführende Informationen:**

#### **Was ist denn eigentlich der Blutdruck? Warum ist es wichtig zu wissen, ob er normal oder erhöht ist?**

Als Blutdruck bezeichnet man den Druck im arteriellen Gefäßsystem – die Arterien transportieren das Blut vom Herzen zu den Organen. Neben Körpertemperatur, Gewicht und Größe stellt er einen ausschlaggebenden biophysikalischen Messwert dar. Der Bluthochdruck ist auch im Jahre 2016 in Österreich einer der wichtigsten, wenn nicht der bedeutendste Risikofaktor bei der Entstehung von lebensbedrohlichen Krankheitsbildern wie Herzinfarkt, Schlaganfall, Herzschwäche und Nierenschwäche. Die richtige Diagnose ist entscheidend, um die richtigen Gegenmaßnahmen einzuleiten.

#### **Was ist das Gefäßalter?**

Wir alle werden älter, man denke nur an die offensichtlichen Veränderungen der Haare, der Haut, der Muskulatur, der Gelenke etc. Auch die großen Arterien, insbesondere die Hauptschlagader – die Aorta – werden älter. Sie verlieren ihre Elastizität und werden steifer, weil das Elastin sich abnützt.

#### **Was passiert bei erhöhtem Gefäßalter?**

Dieses Elastin funktioniert wie ein „Gummiringel“ in der Aorta: Wenn das Herz das Blut auswirft, kann sich eine elastische Aorta gut ausdehnen und in der Füllungsphase des Herzens wieder gut zusammenziehen. Wenn die Aorta nun steifer wird, funktioniert dieses Ausdehnen und Zusammenziehen nicht mehr so gut. Das kann man als Auswirkung des Alterungsvorganges verstehen und als Gefäßalter bezeichnen.

#### **Welchen Wert zeigt die Messung des Gefäßalters an?**

Technisch betrachtet wird die sogenannte Pulswellengeschwindigkeit gemessen. Das ist die Geschwindigkeit, mit der sich die Blutdruckwelle in der Wand der Arterien ausbreitet. Je steifer die Arterienwand, umso schneller die Geschwindigkeit. Das Messergebnis lässt Rückschlüsse darauf zu, wie die Steifigkeit der Gefäße im Vergleich zu gleichaltrigen Gesunden aussieht. Als Vereinfachung verwenden wir die Ampelfarben grün, gelb, und rot. Wir sagen auch dazu, um wie viele Jahre die Gefäße gegebenenfalls älter sind, als es dem kalendarischen Alter entspricht.

### **Ist ein höheres Gefäßalter ein normaler Alterungsvorgang oder eine Krankheit?**

Bis zu einem gewissen Maß ist ein höheres Gefäßalter ein normaler Alterungsvorgang und somit keine Erkrankung. Bedenklich wird es, wenn die Aorta älter ist, als es dem kalendarischen Alter entspricht; wenn etwa ein fünfzigjähriger Mann oder eine fünfzigjährige Frau eine steife Aorta hat, wie man sie sonst bei gesunden Sechzigjährigen findet. Man kann das EVA-Syndrom nennen, das bedeutet „early vascular aging“, also verfrühte Gefäßalterung. Neben angeborenen Faktoren wirken sich dabei Bluthochdruck und die „üblichen Verdächtigen“, wie Zuckerkrankheit, Rauchen, unausgewogene Ernährung und Bewegungsmangel, negativ aus.

### **Das Klinikum Wels-Grieskirchen – [www.klinikum-wegr.at](http://www.klinikum-wegr.at)**

Als größtes Ordensspital Österreichs ist das Klinikum Wels-Grieskirchen eine Institution der Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom heiligen Kreuz und der Franziskanerinnen von Vöcklabruck. Mit rund 30 medizinischen Abteilungen, 1.227 Betten und rund 3.600 Mitarbeitern ist das Klinikum ein bedeutender Anbieter umfassender medizinischer Versorgung in Oberösterreich. Aufgrund seiner zahlreichen Schwerpunkte und Kompetenzzentren bündelt das Klinikum fachübergreifendes Know-how und ermöglicht interdisziplinäre Diagnosen und Behandlungen zum Wohle der Patienten.

#### **Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen**

Mag. Renate Maria Gruber, MLS, A - 4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 7242 415-93270

E-Mail: [renate.gruber@klinikum-wegr.at](mailto:renate.gruber@klinikum-wegr.at)