

| Cholesterin- und Blutdruckmessung

Herz-Kreislauf-Risiko Screening

Hintergrund

Erhöhte Blutdruck- und Cholesterinwerte stellen die häufigsten Risikofaktoren bei der Entstehung kardiovaskulärer Erkrankungen dar. Im Rahmen der repräsentativen Mainzer „Gutenberg-Gesundheitsstudie“¹ wurde die Häufigkeit von Risikofaktoren in Deutschland ermittelt. Am weitesten verbreitet ist der Risikofaktor Bluthochdruck mit 46 Prozent (50,2 Prozent bei Männern und 41,9 Prozent bei Frauen), gefolgt von erhöhten Blutfettwerten (Dyslipidämie) mit 27,7 Prozent (35,6 Prozent der Männer und 19,9 Prozent der Frauen). Die Studie zeigt einen erstaunlich hohen Anteil von Menschen, die sich ihres Herz-Kreislauf-Risikos nicht ausreichend bewusst sind. So ist in 1/4 der Fälle der Bluthochdruck, in 1/3 der Fälle die Fettstoffwechselstörung nicht bekannt.

Messung

Die Messung des Cholesterinspiegels wird über die Entnahme eines Blutstropfens aus der Fingerbeere durchgeführt. Hier besteht die Möglichkeit den Gesamtcholesterinwert (Accutrend plus, Fa Cobas) oder die einzelnen Fraktionen der Blutfette zu diagnostizieren (Mission 3in1, Fa. Acon). Die Teilnehmer müssen hierzu nicht nüchtern sein. Die Messung des Blutdruckes wird standardmäßig im Sitzen am linken Oberarm durchgeführt, wobei systolischer und diastolischer Wert in mm/Hg erfasst werden.

Neben der Empfehlung der ärztlichen Kontrolle, erfolgt bei positivem Risikobefund eine individuelle Beratung hinsichtlich Veränderung der Bewegungs- und Ernährungsgewohnheiten.

Messparameter:

- Cholesterin (gesamt, LDL, HDL)
- Blutdruck (systolisch/diastolisch)
- Blutzucker (auf Anfrage)
- Gefäßelastizität (auf Anfrage)



Organisatorisches:

- Dauer pro Teilnehmer*in: 20 min (Messung und individuelle Beratung)
- Anforderungen vor Ort: gut belüftbarer Raum, mind. 2 m x 3 m Fläche, 1 Tisch, 2 Stühle, Stromanschluss



¹ <http://www.gutenberg-gesundheitsstudie.de/ghs/willkommen.html>