



Städtisches Klinikum, Postfach 6280, 76042 Karlsruhe
Geschäftsbereich 5

Geschäftsbereich 5 Recht, Allgemeine Verwaltung, Qualitätsmanagement und Öffentlichkeits- arbeit

Sprecher: Prof. Dr. med. Martin Hansis

Geschäftsbereichsleitung

Saskia Heilmann

Tel. 0721 974-1100 Fax -1009

saskia.heilmann@klinikum-karlsruhe.de

Ansprechpartner Öffentlichkeitsarbeit

Petra Geiger

Tel. 0721 974-1076 Fax -7956

petra.geiger@klinikum-karlsruhe.de

Volker Schmalz

Tel. 0721 974-1366 Fax -921366

volker.schmalz@klinikum-karlsruhe.de

Internet: www.klinikum-karlsruhe.de

Pressemitteilung

Datum

23.06.2014

Bluthochdruck und Ernährung

Ernährungstipps, um den Blutdruck besser in den Griff zu bekommen.

Die Änderungen bestehender Lebensgewohnheiten sind eine wichtige Voraussetzung für eine erfolgreiche Bluthochdrucktherapie. Bereits hierdurch kann eine medikamentöse Therapie oft vermieden oder zumindest minimiert werden.

Nach Einschätzung von Martin Hausberg, Direktor der Medizinischen Klinik I am Klinikum Karlsruhe, trägt die richtige Ernährung entscheidend zum Therapieverlauf bei. Der Experte für Bluthochdruck rät daher zu einer angepassten Energiezufuhr mit natriumarmer, ballaststoffreicher und fettreduzierter Kost. Bei bestehendem Übergewicht empfiehlt er eine Gewichtsreduktion in Kombination mit ausreichender Bewegung, um den erhöhten Blutdruck gezielt zu senken, all dies in enger Absprache und unter Betreuung des Hausarztes.

Mehr dazu können Interessierte und Betroffene am **2. Juli** beim Treffen der Bluthochdruckselbsthilfegruppe im Städtischen Klinikum Karlsruhe erfahren. Das Treffen findet um 19 Uhr in der Bibliothek von Haus B im 2. Obergeschoss statt. Die Veranstaltung ist kostenfrei und vorab ist keine Anmeldung erforderlich.

