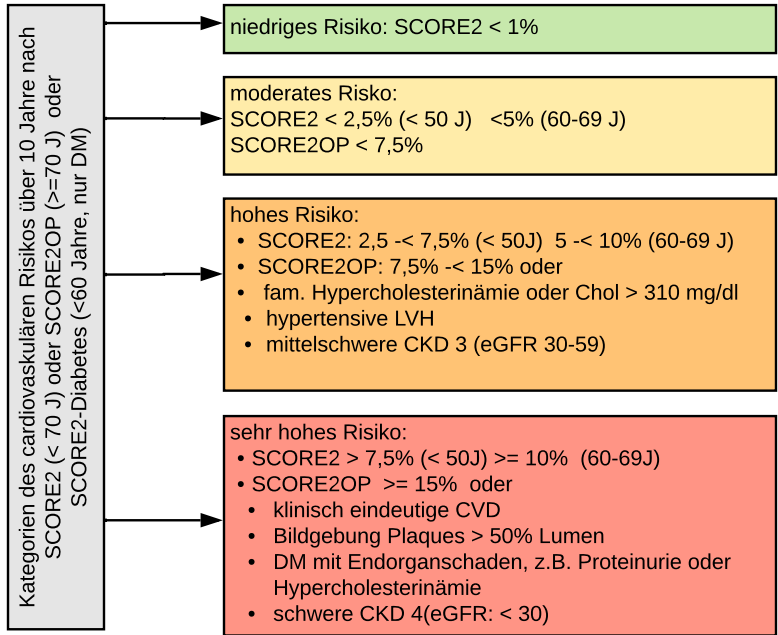


cardiologisch-hypertensiologische fachärztliche Mitbetreuung:

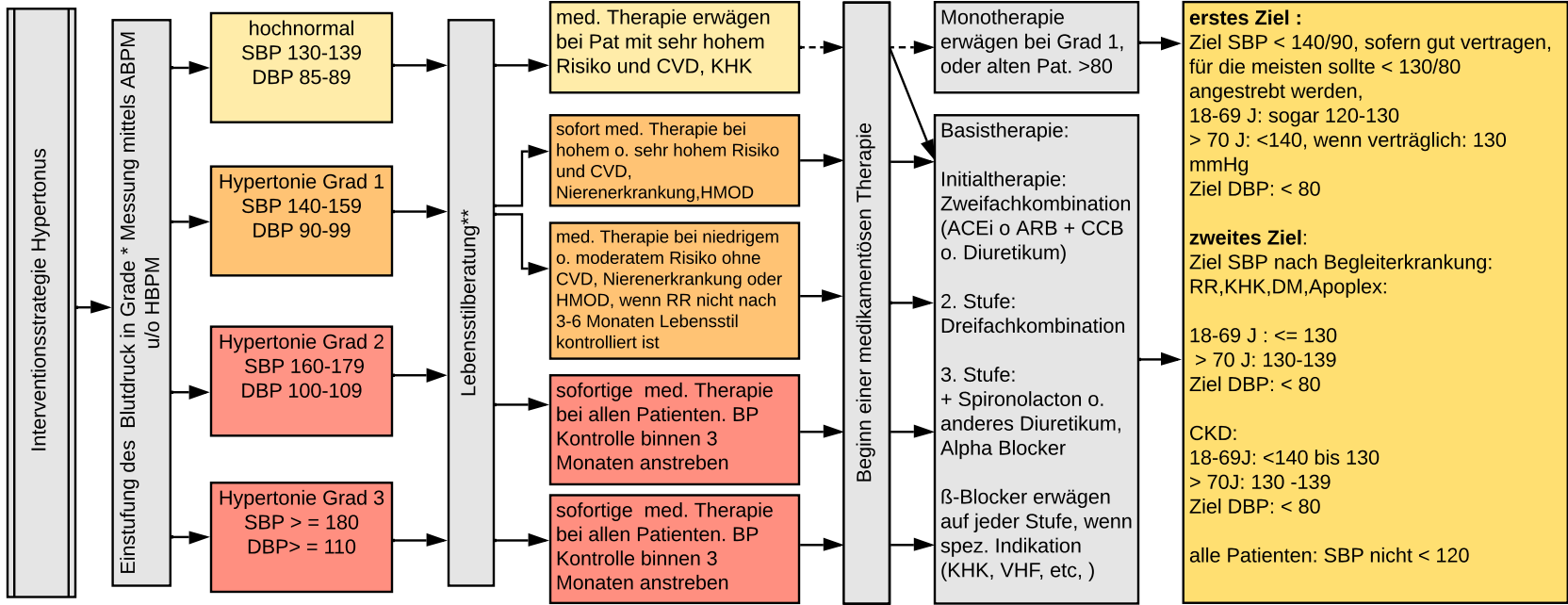
- Dr. med. Christoph Schriever, Sternplatz 1, 58511 Lüdenscheid, Tel: 02351 28970
- Dr. med. Jürgen Janott, Sternplatz 1, 58511 Lüdenscheid, Tel: 02351 679128
- Nierenzentrum Lüdenscheid, Buckesfelder Str. 105a, 58509 Lüdenscheid, Tel: 02351 96871
- Praxis radprax MVZ Arnsberg GmbH, Ernst-Moritz-Arnd Str. 17, 58840 Plettenberg, Tel: 02391 63302



Stadium	RF, HMOD, CVD oder CKD	RR hochnormal	Grad 1	Grad 2	Grad 3
Stadium 1 (unkompliziert)	keine RF	niedrig	niedrig	moderat	hohes
so	1 bis 2 RF	niedrig	moderat	moderat bis hoch	hohes
so	>= 3 RF	niedrig bis moderat	moderat bis hoch	hohes	hohes
Stadium 2 (asymptomatisch)	HMOD, CKD 3, DM ohne Endorgan	moderat bis hoch	hohes	hohes	hohes bis sehr hohes
Stadium 3 (manifeste Erkrankung)	ASCVD, CKD >= 4, DM mit Endorgan	sehr hohes	sehr hohes	sehr hohes	sehr hohes

Lebensstilberatung:

- NaCl Zufuhr < 5-6 g/Tag
- erhöhte Kaliumzufuhr (0,5-1g), wenn CKD < 3
- Alkoholbeschränkung (100g/Woche)
- mediterrane Kost, bzw. DASH (KH-red.) Diät
- zuckerreduzierte Ernährung. Max 10% der Tageskalorien
- Regulierung Körpergewicht (BMI) und Bauchumfang
- aerobe Belastung 5x30 oder 3x75 Min
- Rauchentwöhnung (Motivation, Kurs, D/GA, Ersatzmittel)
- Stressabbau (Achtsamkeitstraining)



hypertensive Entgleisung (RR < 180/110 ohne Begleitsymptome: Kontrolle nach 30 Min. Anpassung orale Medikation, keine kurzwirksamen Medikamente)
Hypertensiver Notfall RR < 180/110 und akute Symptome: 112

Monitoring unter Therapie:

1. Kontrolle 4-6 Wochen, Folgekontrollen jährlich bzw. Quartal (z.B. bei CNI, CHL)
- Blutdruck, Puls, Kontrolle RR Pass (5-7 Tage vor Termin, 2x tgl - HBPM)
- Adhärenz, Gewicht,
- Labor: Elyte, Krea, eGFR, UACR, ggf. weitere nach CV Risiko und Medikation