

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/53424/1400675/hoher-salzkonsum-beguenstigt-bluthochdruck-der-welt-hypertonie-tag-am-17-mai-2009-unterstreicht-den> abgerufen werden.

# Deutsche Hochdruckliga

Hoher Salzkonsum begünstigt Bluthochdruck /  
Der Welt Hypertonie Tag am 17. Mai 2009 unterstreicht den Zusammenhang  
zwischen Salzkonsum und Bluthochdruck

07.05.2009 - 10:15 Uhr, Deutsche Hochdruckliga

Heidelberg (ots) - Bluthochdruck ist die Volkskrankheit Nr.1: Mindestens 30 Millionen Menschen sind in Deutschland bereits betroffen. Man geht davon aus, dass bei den über 60-Jährigen jeder zweite einen zu hohen Bluthochdruck hat.

Die Folgen von Bluthochdruck sind gravierend, zu ihnen zählen lebensbedrohliche Krankheiten wie Herzinfarkt oder Schlaganfall. Wenn man bedenkt, dass 40% der 200.000 Schlaganfälle in Deutschland pro Jahr durch eine korrekte Blutdruckeinstellung verhindert werden könnte, wird deutlich, wie wichtig die Prävention sowie eine rechtzeitige Diagnose und Behandlung von Bluthochdruck sind. Doch die Erkrankung wird häufig nicht bemerkt und behandelt.

Prävention ist wichtig: Bestimmte Risikofaktoren könnten gut beeinflusst werden, wie das Rauchen, Übergewicht und die salzreiche Kost. Denn auch ein hoher Salzkonsum kann zu Bluthochdruck führen. Oft nehmen wir unwissentlich "verstecktes" Salz zu uns - via Konserven, Fertiggerichte oder Fastfood. Der durchschnittliche pro Kopf-Salzkonsum ist fast doppelt so hoch wie empfohlen. Nach Angaben der Welt Hypertonie Liga (WHL) könnten weltweit 2,5 Millionen Todesfälle jährlich vermieden werden, wenn die Menschen ihren Salzkonsum auf max. 6 g pro Tag halbieren würden.

Der Welt Hypertonie Tag 2009 möchte diese Problematik mit dem Motto "Versalzen Sie sich nicht Ihre Gesundheit!" ins öffentliche Bewusstsein bringen. Am 17. Mai 2009 werden deutschlandweit zahlreiche Veranstaltungen und kostenlose Blutdruckmess-Aktionen durchgeführt, zu denen die Deutsche Hochdruckliga aufgerufen hat ( Liste unter [www.hochdruckliga.de](http://www.hochdruckliga.de) ). Zudem hat die Hochdruckliga einen Informationsflyer zum Thema "Salz und Bluthochdruck" erstellt, der ebenfalls online eingesehen und angefordert werden kann.

Für weitere Informationen/ Vermittlung eines Experten für Interviews:

Ihre  
Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL@  
Deutsche Hypertonie Gesellschaft  
Berliner Str. 46  
69120 Heidelberg  
Tel.: 06221/ 58855-0  
Fax: 06221/ 58855-25  
[hochdruckliga@t-online.de](mailto:hochdruckliga@t-online.de)

Originaltext:

Deutsche Hochdruckliga

Pressemappe:

<http://www.presseportal.de/pm/53424/deutsche-hochdruckliga>

Pressemappe als RSS:

[http://presseportal.de/rss/pm\\_53424.rss2](http://presseportal.de/rss/pm_53424.rss2)