Zeitschrift: Das Schweizerische Rote Kreuz
Herausgeber: Schweizerisches Rotes Kreuz
Band: 86 (1977)
Heft: 5

Rubrik: Unsere Gesundheit

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Erhöhter Blutdruck

Unter Blutdruck versteht man den durch die Tätigkeit des Herzens erzeugten Druck des strömenden Blutes im Gefässsystem. Eine bestimmte Mindesthöhe des Druckes in den Schlagadern ist notwendig, um eine ausreichende Durchblutung der Organe zu gewährleisten. Die Begriffe «oberer Druck» (systolischer Druck) und «unterer Druck» (diastolischer Druck) entsprechen dem Druck, der beim Zusammenziehen (Kontraktion) und Erschlaffen (Dilatation) des Herzens entsteht. Die Höhe des Blutdruckes ist abhängig von der Leistungsfähigkeit des Herzens, von der Elastizität der grossen Blutgefässe (Arterien) und von der Weite (Durchmesser) der kleineren Blutgefässe. Der Blutdruck kann direkt, also blutig, oder – wie dies meist der Fall ist – indirekt (unblutig) mit dem Blutdruckapparat gemessen werden.

Je nach Situation – Aufregungen, körperliche Belastung usw. – können die Blutdruckwerte schon beim gesunden Menschen schwanken. Die Höhe des «oberen Druckes» entspricht dem Alter der Person plus 100. Der «untere Druck» soll im Normalfall nicht über 90 liegen. Diese Zahlen bedeuten die Höhe der Quecksilbersäule in Millimetern. Liegt der Blutdruck über diesen Normwerten, so spricht man von Hochdruck (Hypertonie). *Erhöhter Blutdruck ist eine häufige Krankheit*, die, weil sie *wenig Beschwerden* macht, von den Kranken *oft lange Zeit nicht bemerkt wird.* Beschwerden sind meistens Kopfschmerzen, Schwindel, Nervosität und Schlafstörungen. Die Krankheit beginnt meist zwischen dem 35. und 50. Lebensjahr.

Da es für die Erhöhung des Blutdruckes verschiedenste Ursachen gibt, ist es absolut notwendig, dass sich der *Patient in ärztliche Kontrolle* begibt. Es gibt Hochdruckformen, die man operieren kann, und dann ist der Kranke geheilt. Andernfalls muss der Betroffene über lange Zeitabschnitte – gelegentlich auch für den Rest seines Lebens – blutdrucksenkende Medikamente einnehmen. Wird der Blutdruck dadurch nicht normalisiert, so kommt es zu Komplikationen an den sogenannten Zielorganen, d. h. am Herzen, am Gehirn und an den Nieren. *Der Hochdruck ist die häufigste Ursache für den Herzinfarkt und den Gehirnschlag.* An den Nieren führt er zur Nierenschrumpfung.

Hochdruck ohne Behandlung bedeutet einen der Risikofaktoren, die unsere normale Lebenserwartung verkürzen. Die Behandlung stösst gelegentlich beim Patienten auf Widerstand, da der Hochdruck ihm, wie gesagt, keine Beschwerden bereitet und der Patient sich am Anfang einer Behandlung oft schlechter fühlt als zuvor. Durch eine adäquate Behandlung wird jedoch die Lebenserwartung wesentlich verbessert.

SAeI

Ferienzeit – Badezeit

Die Befolgung der sechs Baderegeln (herausgegeben von der Schweizerischen Lebensrettungs-Gesellschaft) hilft Unfälle verhüten:

- Springe nie erhitzt ins Wasser! – Dein Körper braucht Anpasszeit.
- Luftmatratzen und Schwimmhilfen gehören nicht ins tiefe Wasser! – Sie bieten keine Sicherheit.
- Lass kleine Kinder nie unbeaufsichtigt am Wasser! – Sie kennen keine Gefahren.
- Schwimme nie mit vollem oder ganz leerem Magen! – Warte nach üppigem Essen zwei Stunden.
- Schwimme lange Strecken nie allein! – Auch der besttrainierte Körper hat mal eine Schwäche.
- Springe nicht in trübe oder unbekannte Gewässer! – Unbekanntes kann Gefahr bergen.

Was sind cerebrale Lähmungen?

Cerebrale Lähmungen, auch cerebrale Bewegungsstörungen genannt, sind die Folgen einer Schädigung des Gehirns, die namentlich vor oder während der Geburt auftritt. Sie hemmt die gesunde Entwicklung des Kindes, insbesondere seine Motorik. Cerebral Gelähmte sind also Körperbehinderte mit mehr oder weniger ausgeprägten Bewegungsstörungen. Vielfach haben die Betroffenen gleichzeitig noch Sprach-, Seh- oder Hörschäden. Oft hält man sie für geistesschwach, jedoch ist nur ein Teil der cerebral Gelähmten geistig behindert.

Die Schädigung kann beispielsweise entstehen

- während der Schwangerschaft durch Blutungen, Stoffwechselstörungen, Virusinfektionen, Blutgruppen-Unverträglichkeit (rh-Faktor);
- während der Geburt durch Blutungen bzw. durch Sauerstoffmangel des Gehirns (Frühgeburten sind besonders gefährdet);
- nach der Geburt durch Atemstörungen, Krampfanfälle, Infektionen, Schädelverletzungen.

Das Leiden ist weder erblich noch ansteckend. Gesunde Eltern können neben gesunden Kindern ein cerebral gelähmtes Kind haben; es gibt cerebral gelähmte Eltern mit gesunden Kindern.

Da bei 1000 Neugeborenen mit zwei bis drei cerebral Gelähmten gerechnet werden muss, heisst das für die Schweiz, dass bei uns etwa 4000 cerebral gelähmte Kinder und Jugendliche bis zu achtzehn Jahren leben. Leider nimmt die Häufigkeit des Leidens zu.

Wie kann geholfen werden?

In den ersten Lebensjahren können die gesunden Gehirnzellen gewisse Aufgaben der geschädigten Zellen übernehmen. Voraussetzung ist, dass die Schädigung rechtzeitig erkannt und früh genug behandelt wird. Zur Behandlung gehören Physiotherapie, Sprach- und Beschäftigungstherapie sowie heilpädagogische Massnahmen. Es ist erwiesen, dass durch diese Massnahmen die Folgen der Hirnschädigung weitgehend gebessert werden können. Die Behandlung des Kleinkindes erfolgt vorzugsweise ambulant, das heisst, es bleibt in der Geborgenheit des Elternhauses. In Sonderschulen werden die Kinder dann weiter gefördert und anschliessend beruflich fortgebildet.

Mit zunehmendem Lebensalter verringern sich die Aussichten auf eine Besserung; ohne jede Behandlung verschlimmert sich das Leiden. Je früher Ärzte, Therapeuten, Heilpädagogen und Eltern zusammenwirken, um so grösser ist der Erfolg.