

Bluthochdruck im Alter: Rheinland-Pfalz als Sorgenkind der Nation!

Rheinland-Pfalz kämpft 2025 mit hohen Bluthochdruck- und Fettstoffwechselstörungsraten bei Senioren. Gesundheitsrisiken und Prävention.



Rheinland-Pfalz, Deutschland - In Rheinland-Pfalz zeichnet sich ein alarmierendes Bild in der Gesundheit von Senioren ab. Laut einem aktuellen Bericht von der Barmer Krankenkasse leiden viele ältere Menschen in dieser Region unter Bluthochdruck und Fettstoffwechselstörungen. Die Daten stammen aus dem Altersleidensatlas, der auf Abrechnungsdaten von Arztpraxen und Kliniken aus dem Jahr 2023 basiert. Bluthochdruck ist demnach die häufigste Erkrankung in allen Altersgruppen ab 60 Jahren.

Die Zahlen sind eindeutig: In der Altersgruppe der 60- bis 69-Jährigen haben 281 von 1.000 Barmer-Versicherten mit Bluthochdruck zu kämpfen. Im Alter von 70 bis 79 Jahren sind es

bereits 716, und bei den 80- bis 89-Jährigen erhöht sich diese Zahl auf 831. Selbst in der Gruppe der über 90-Jährigen liegt der Wert bei alarmierenden 916. Insgesamt leiden hochgerechnet etwa 652.000 Menschen ab 60 Jahren in Rheinland-Pfalz an dieser weit verbreiteten Erkrankung.

Risiken und Präventionsmaßnahmen

Bluthochdruck, oder Hypertonie, ist gefährlich, da er das Risiko für ernsthafte Erkrankungen wie Nierenschäden, Herzinfarkte und Schlaganfälle erhöht. Die Ursachen sind vielfältig; mit zunehmendem Alter sinkt die Elastizität der Blutgefäße, was das Risiko für Bluthochdruck erhöht. Eine gesunde Lebensweise kann jedoch zur Senkung des Risikos beitragen. Empfehlungen zur Risikominderung beinhalten Gewichtsreduktion, regelmäßige Bewegung und eine salzarme Ernährung.

Ein weiterer wesentlicher Punkt ist die Fettstoffwechselstörung, die die zweithäufigste Erkrankung bei Menschen im Alter von 60 bis 89 Jahren darstellt. Dabei sind beispielsweise 202 von 1.000 Barmer-Versicherten im Alter von 60 bis 69 Jahren betroffen, während es in der Gruppe der 70- bis 79-Jährigen bereits 508 sind. In der Altersgruppe der 80- bis 89-Jährigen haben 550 Menschen mit Fettstoffwechselstörungen zu kämpfen. Insgesamt sind in Rheinland-Pfalz 448.000 Personen ab 60 Jahren betroffen.

Vergleich mit anderen Bundesländern

In einem Vergleich mit anderen Bundesländern zeichnet sich ab, dass Rheinland-Pfalz eine höhere Rate an Bluthochdruck und Fettstoffwechselstörungen aufweist, insbesondere bei den 60- bis 89-Jährigen. In Baden-Württemberg beispielsweise ist Bluthochdruck ebenfalls die häufigste Alterskrankheit, doch die ältere Bevölkerung dort weist geringere Erkrankungszahlen auf. Diese Untersuchungen zeigen, dass Präventionsmaßnahmen im Gesundheitswesen unerlässlich sind.

Wichtige Risikofaktoren, die in beiden Regionen eine Rolle spielen, umfassen genetische Veranlagungen, Übergewicht, Diabetes und einen hohen Nikotinkonsum. Eine gesunde Lebensweise, wie regelmäßige körperliche Aktivität und das Verteilen von Kochsalz in der Ernährung, sind entscheidend, um das Risiko für Bluthochdruck zu senken. Kleine Veränderungen im Lebensstil können in der Tat oft ebenso wirksam sein wie Medikamente, wie auch der **SWR** hervorhebt.

Zusammenfassend ist die Situation bezüglich Bluthochdruck und Fettstoffwechselstörungen in Rheinland-Pfalz besorgniserregend. Der hohe Anteil betroffener Senioren erfordert nicht nur individuelle Anstrengungen zur Gesundheitsförderung, sondern auch gesellschaftliche Maßnahmen zur Verbesserung der Lebensbedingungen und der gesundheitlichen Aufklärung.

Details	
Ort	Rheinland-Pfalz, Deutschland
Quellen	• www.welt.de • www.swr.de

Besuchen Sie uns auf: mein-wien.net