Hochdruckliga

Pressemeldung

Bluthochdruck: kostenlose, bundesweite Telefon-Sprechstunde am Mittwoch, 13 Mai, zum Welthypertonietag 2026

Heidelberg, 22. April 2026



Bluthochdruck ist – unerkannt oder unbehandelt – der gesundheitliche Risikofaktor Nummer eins für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Aus diesem Grund organisiert die Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL® anlässlich des Welthypertonietags 2026 eine Telefon-Sprechstunde mit Bluthochdruck-Spezialisten aus dem gesamten Bundesgebiet – von Westerstede bis Stuttgart, von Leverkusen bis Dresden. Die Telefonberatung steht am Mittwoch, 13. Mai, von 16 bis 19 Uhr unter der Rufnummer 0800 – 0 90 92 90 allen kostenlos offen.

Bis zu 30 Millionen Menschen sind in Deutschland von Bluthochdruck betroffen und viele davon werden nicht ausreichend gut behandelt. Da Bluthochdruck meist keine Beschwerden verursacht, gilt er als „stiller Killer“. Menschen, die jahrelang zu viel Druck auf ihren Blutgefäßen haben, müssen mit schweren Organschäden, Nierenversagen, Herzinfarkt oder Schlaganfall rechnen. Aktuelle Zahlen aus dem Gesundheitsatlas Deutschland zeigen, dass die Anzahl der Menschen mit Bluthochdruck wächst.

Doch ab wann ist der Blutdruck zu hoch? Prof. Dr. Markus van der Giet nennt dafür eine einfache Faustregel: „Ab 140 wird es kritisch.“ Liegt der obere (systolische) Wert bei 140 mm/Hg oder höher, sollte der Blutdruck ärztlich abgeklärt werden. Die gute Nachricht: „Bluthochdruck lässt sich in den meisten Fällen gut behandeln. Schon ein gesünderer Lebensstil kann leicht erhöhte Werte senken, bei Bedarf stehen zudem wirksame Medikamente zur Verfügung“, ergänzt der Experte.

Der seit 2005 jährlich am 17. Mai weltweit stattfindende Welthypertonietag macht auf die Gefahren von Bluthochdruck aufmerksam und wurde von der World Hypertension League initiiert.

Hochdruckliga

Bundesweite interdisziplinäre Expertensprechstunde am Mittwoch, 13. Mai 2026
Was sind die Anzeichen für einen hohen Blutdruck? Wie oft sollte man messen – und geht das auch mit meiner Smartwatch? Ist Bluthochdruck eine natürliche Begleiterscheinung des Älterwerdens und spielt es eine Rolle, wenn ich Medikamente einnehme? Anlässlich des Welthypertonietags beantworten zwölf Experten der Deutschen Hochdruckliga e.V. in einer großen, bundesweiten Telefon-Sprechstunde alle Fragen rund um die schleichende Erkrankung: **Am 13. Mai 2026** stehen **Kardiologen, Nephrologen, Internisten** und regionale Experten der Hochdruckliga **von 16 bis 19 Uhr** unter der **Rufnummer 0800 – 0 90 92 90** zur Verfügung, um ohne Voranmeldung und kostenfrei zu beraten. Wenn gewünscht, können die Anrufenden auch anonym bleiben.

Unsere Experten am Telefon

- **Dr. med. Frank Aedtner;** Facharzt für Innere Medizin, Diabetologie, Nephrologie und Hypertensiologie; Chefarzt der Klinik für Nephrologie, AMEOS Klinikum **Halberstadt**
- **Prof. Dr. med. Bernhard Banas;** MBA; Facharzt für Innere Medizin, Schwerpunkt Nephrologie; Direktor der Klinik für Innere Medizin II (Nieren- und Hochdruckerkrankungen) am Caritas-Krankenhaus St. Josef **Regensburg**
- **Dr. med. Hans-Georg Dehnert;** Facharzt für Innere Medizin und Nephrologie; Gemeinschaftspraxis & Dialysezentren für Nieren- und Hochdruckerkrankungen **Westerburg**
- **Prof. Dr. med. Emanuel Fritschka;** Facharzt für Innere Medizin, Schwerpunkt Nephrologie; Hypertensiologe; Internistische Praxis **Bad Brückenau**
- **Prof. Dr. med. habil. Reinhard Fünfstück;** Facharzt für Innere Medizin, Hypertensiologie, Nephrologie, Diabetologie; MVZ Gesundheitszentrum **Weimar**
- **Univ.-Prof. Dr. med. Florian Peter Limbourg;** Facharzt für Innere Medizin; Hypertoniezentrum der Klinik für Nieren- und Hochdruckerkrankungen, Medizinische Hochschule **Hannover**; Stellvertretender Vorstandsvorsitzender der Deutschen Hochdruckliga DHL e.V.
- **Prof. Dr. med. Christian Ott;** Facharzt für Innere Medizin, Diabetologie, Nephrologie, Hypertensiologie; Geschäftsführender Oberarzt der Klinik für Innere Medizin 4 am Klinikum **Nürnberg** Süd; Vorstandsmitglied der Deutschen Hochdruckliga DHL e.V.
- **Dr. med. Holger Palisch;** Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie; Hypertensiologe; Geschäftsführender Oberarzt der Medizinischen Kliniken, Leiter Hypertoniezentrum Städtisches Klinikum **Dresden**
- **Prof. Dr. med. Vedat Schwenger;** Facharzt für Innere Medizin, Nephrologie, Spezielle Internistische Intensivmedizin; Ärztlicher Direktor und Zentrumsleiter für Innere Medizin der Klinik für Nieren-, Hochdruck- und Autoimmunerkrankungen am Klinikum **Stuttgart**

- **Prof. Dr. med. Peter Schwimmbeck;** Facharzt für Kardiologie, Intensivmediziner; Kardiologische Praxis Dr. Klünsch & Partner, **Leverkusen**
- **Dr. med. Ulrich Tholl;** Facharzt für Innere Medizin, Nephrologie, Angiologie; Hypertensiologe DHL, Diabetologe DDG; Nierenzentrum Ammerland, **Westerstede**
- **Prof. Dr. med. Markus van der Giet;** Facharzt für Innere Medizin und Nephrologie; Vorstandsvorsitzender der Deutschen Hochdruckliga DHL e.V.; Leiter des zertifizierten Hochdruckzentrums DHL der Charité am Campus Benjamin Franklin, **Berlin**

Hinweise an die Redaktionen
Weitere Informationen sowie Bildmaterial finden sie auf unserer Webseite unter www.hochdruckliga.de/presse/pressemappen. Bei Interesse helfen wir auch, (regionale) Expertinnen und Experten sowie Betroffene für Interviews zu vermitteln.

Über einen Hinweis auf die Telefon-Sprechstunde und die Relevanz des Themas Bluthochdrucks würden wir uns sehr freuen. Sie unterstützen damit unsere gemeinnützige Arbeit. Wir stellen Ihnen auch gerne Banner und Füllanzeigen zur Verfügung unter: www.hochdruckliga.de/presse/fuellanzeigen.

Mehr zu den Themen Bluthochdruck richtig messen und die Nutzung von Wearables erfahren Sie unter: https://www.hochdruckliga.de/betroffene/blutdruckmessung

Über uns
Die Deutsche Hochdruckliga e.V. (DHL)® I Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention ist eine gemeinnützige, unabhängige medizinisch-wissenschaftliche Fachgesellschaft. Sie setzt sich seit 1974 für die Förderung der Wissenschaft und eine wissenschaftlich fundierte Aufklärung der Öffentlichkeit auf dem Gebiet der Hypertonie ein. Sie bündelt die Expertise aus allen relevanten Fachgruppen und stellt diese allen Beteiligten zur Verfügung. Wissenschaftliche Sektionen und der jährliche wissenschaftliche Kongress sichern aktuelles Fachwissen und den fachlichen Austausch. Stipendien und Wissenschaftspreise fördern den wissenschaftlichen Nachwuchs. Durch die Zertifizierung von Fachärztinnen und -ärzten sowie interdisziplinären Hypertonie-Zentren sichert die Deutsche Hochdruckliga eine qualitativ hochwertige, umfassende Versorgung von Hypertonikerinnen und Hypertonikern im deutschsprachigen Raum. www.hochdruckliga.de

Pressekontakt
Yvonne Kaul
Berliner Straße 46
69120 Heidelberg
presse@hochdruckliga.de
Telefon: +49 62 21 5 88 55-42
Webseite: www.hochdruckliga.de/presse