

Pressemitteilung Maternus Seniorenzentrum Unter der Homburg

Ruhig Blut!

Welt-Hypertonie-Tag: Maternus-Pflegefachkräfte messen am 17. Mai den Blutdruck

Stadtoldendorf, 11.05.2011. Am 17. Mai 2011 wird weltweit Druck gemacht gegen gesundheitliche Sorglosigkeit: Denn Bluthochdruck fühlt man nur selten, seine Folgen sind so tückisch wie katastrophal: Schlaganfall, Herzinfarkt oder auch Nierenversagen.

„Lebenswichtig ist nur eine Zahl: 140/90 mm Hg. Höher darf Ihr Blutdruck nicht sein.“, ist das Motto der diesjährigen Aktion der Hochdruckliga.

Das Ziel der Deutschen Hochdruckliga, in der Bevölkerung das Bewusstsein für die eigenen Blutwerte zu schaffen und zu schärfen unterstützt das Maternus Seniorenzentrum Unter der Homburg am Welt-Hypertonie-Tag, 17. Mai, zwischen 13 Uhr und 17 Uhr. Im Eingangsbereich der Einrichtung wird geschultes Pflegepersonal an interessiertem Publikum den Blutdruck messen.

Und nicht nur das: „Gerne geben wir auch Tipps, wie der Blutdruck auch zu Hause kontrolliert werden kann“, kündigt Einrichtungsleiterin Monika Ostholthoff an und weist ergänzend auf die Ergebnisse einer aktuellen Studie hin: Jeder zweite übergewichtige Hypertoniker erziele sinkende Blutdruckwerte, sobald er sein Gewicht verringere.

Darüber hinaus wirken auch moderater Ausdauersport, genügend Schlaf und eine salzarme Ernährung positiv auf den Blutdruck – dessen ärztliche Behandlung und Kontrolle sei allerdings auf jeden Fall sehr empfehlenswert.

Ihr Ansprechpartner
Monika Ostholthoff, Einrichtungsleitung
Maternus Seniorenzentrum Unter der Homburg
Steinkuhle 3
37627 Stadtoldendorf
Tel.: 05532 / 931 - 0
info.residenzunterderhomburg@maternus.de
www.maternus.de