

Hypertonie ohne Organmanifestation od. Diabetes mellitus – Jahresbetreuung – Jahr 1

	Kontrolle Hausarzt	Kontrolle Facharzt
Quartal I	<p>Anamnese körperliche Untersuchung Größe, Gew., Taillenumfang inkl. RR-Messung beide Arme Knöchel-Arm-Index, Langzeit-RR Messung ggf. Fahrradergometrie</p> <p>Ruhe EKG</p> <p>Labor Kleines BB, Crea, LDL, TG, Kalium, HRS, NBZ, Eiweiß im Urin</p> <p>Einstellung Pharmakotherapie ggf. bei Verdacht auf sekundären Hochdruck TSH, Sonographie/Duplex Niere, Duplex Carotiden, ggf. weiterf. Diagnostik</p> <p>Lebensstilberatung</p>	<p>Echokardiographie</p> <p>Festlegung der Behandlungsstrategien</p>
Quartal II		
Quartal III	<p>Anamnese (klinische Untersuchung, RR-Messung)</p> <p>Ruhe-EKG</p> <p>Beratung zu nicht-pharmakologischen Therapien (körperliches Training, Modifikation des Lebensstils, Gewichtsnormalisierung, prophylaktische Maßnahmen)</p> <p>ggf. Labor LDL (wenn Zielwerte noch nicht erreicht, erneute Kontrolle in 6 Monaten)</p> <p>Eventuell weitere Laborwerte gemäß Risikokonstellation</p> <p>Überprüfung / Anpassung Pharmakotherapie</p>	
Quartal IV		

Hypertonie ohne Organmanifestation od. Diabetes mellitus – Jahresbetreuung – ab Jahr 2

	Kontrolle Hausarzt	Kontrolle Facharzt
Quartal I	Anamnese körperliche Untersuchung inkl. RR-Messung, Knöchel-Arm-Index, Langzeit-RR Messung alle 2 Jahre ggf. Fahrradergometrie Ruhe EKG Labor Check up, Crea, LDL, TG alle 2 Jahre Überprüfung/Anpassung Pharmakotherapie Lebensstilberatung Übergewicht, Kochsalz, Alkohol, Stress, körperliche Aktivität	Echokardiographie alle 3 Jahre
Quartal II		
Quartal III	Anamnese körperliche Untersuchung inkl. RR-Messung Überprüfung/Anpassung Pharmakotherapie	
Quartal IV		

Hypertonie mit Organmanifestation od. Diabetes mellitus – Jahresbetreuung – Jahr 1

	Kontrolle Hausarzt	Kontrolle Facharzt
Quartal I	<p>Anamnese körperliche Untersuchung Größe, Gew., Taillenumfang, inkl. RR-Messung beide Arme, Knöchel-Arm-Index Langzeit-RR Messung ggf. Fahrradergometrie Ruhe EKG</p> <p>Labor Kleines BB, Crea, LDL, TG, Kalium, HRS, NBZ, Eiweiß im Urin</p> <p>Einstellung Pharmakotherapie</p> <p>ggf. bei Verdacht auf sekundären Hochdruck TSH, Sonographie/Duplex Niere, Duplex Carotiden, ggf. weiterf. Diagnostik</p> <p>Lebensstilberatung Übergewicht, Kochsalz, Alkohol, Stress, körperliche Aktivität</p>	<p>Echokardiographie</p> <p>Festlegung der Behandlungsstrategien und des Kontrollintervalls</p>
Quartal II		
Quartal III	<p>Anamnese körperliche Untersuchung inkl. RR-Messung Überprüfung/Anpassung Pharmakotherapie</p>	
Quartal IV		

Hypertonie mit Organmanifestation od. Diabetes mellitus – Jahresbetreuung – ab Jahr 2

	Kontrolle Hausarzt	Kontrolle Facharzt
Quartal I	<p>Anamnese körperliche Untersuchung inkl. RR-Messung, Knöchel-Arm-Index Langzeit-RR Messung ggf. Fahrradergometrie Ruhe EKG</p> <p>Labor Check up, HbA1c, Crea, GFR, LDL, TG, Kalium, Eiweiß im Urin</p> <p>Überprüfung/Anpassung Pharmakotherapie</p> <p>Lebensstilberatung Übergewicht, Kochsalz, Alkohol, Stress, körperliche Aktivität</p>	<p>Echokardiographie (ggf. alle zwei Jahre)</p>
Quartal II		
Quartal III	<p>Anamnese körperliche Untersuchung inkl. RR-Messung Überprüfung/Anpassung Pharmakotherapie</p>	
Quartal IV		

Hypertonie - Zielwerte

Lebensstil: Nicht Rauchen, normales Körpergewicht,
>30 Minuten Sport pro Tag, Mediterrane Diät, mäßig Alkohol

Blutdruck: Praxisblutdruck 120 – 130 mmHg systolisch
bei allen Patienten
130 – 140 mmHg bei Patienten über 65 Jahren

Diabetes: Sehr gute Einstellung aller Risikofaktoren
Auch bei Beschwerdefreiheit „mehr“ Diagnostik
Bevorzugte Nutzung von SGLT-2-Hemmstoffen und den
GLP-1-Analoga
Liaglutid und Semaglutid (Klasse 1-A-Indikation)

Lipide:

Sekundärprävention: Ziel-LDL <1,4 mmol/l

Primärprävention: Sehr hohes Risiko mit multiplen Risikofaktoren
Ziel-LDL <1,4 mmol/l
Hohes Risiko: Ziel-LDL <1,8 mmol/l
Moderates Risiko: Ziel-LDL <2,6-3,0 mmol/l

Wie erreichen:

1. Möglichst hoch dosiertes Statin (Atorvastatin ≥ 40 mg; Rosuvastatin ≥ 20 mg) anstreben
2. Wenn nicht ausreichend oder unverträglich, zusätzlich Ezetimib 10 mg zur maximal tolerierten Statindosis (Kombinationstablette!)