

Mediendokumentation

Blutdruck-Woche vom 2. bis 10. Juni 2009 in Ihrer Apotheke Testen Sie Ihr Risiko – Blutdruck-Woche in Ihrer Apotheke

Ein erhöhter Blutdruckwert kann eine Ursache für viele schwerwiegende Krankheiten sein. Er bleibt aber oft lange Zeit unbemerkt. Zusammen mit der Schweizerischen Herstiftung sensibilisieren die Apotheker nun in einer grossen Aktion die Öffentlichkeit: Darum lassen Sie in der Apotheke Ihr persönliches Risikoprofil erstellen. Vom 2. bis 10. Juni findet in rund 800 Schweizer Apotheken die «Blutdruck-Woche» statt.

Blutdruckwerte

Kennen Sie Ihren Blutdruckwert? Wenn nicht, dann geht es Ihnen wie vielen anderen Schweizerinnen und Schweizern. Dieses Unwissen kann jedoch gravierende gesundheitliche Folgen haben. Denn ein zu hoher Blutdruck, in der Fachsprache «Hypertonie» genannt, ist ein wichtiger Risikofaktor für Krankheiten (s. Illustration) wie Herzinfarkt, Hirnschlag, Nierenversagen, Diabetes usw. Da jedoch viele Betroffene zumindest am Anfang kaum Beschwerden verspüren, bleibt eine Hypertonie lange unbemerkt. Darum ist es wichtig, Bluthochdruck frühzeitig zu erkennen und diesen angemessen zu behandeln.

Blutdruckmessen, aber richtig

Ob Bluthochdruck vorliegt, kann relativ einfach gemessen werden. In rund 800 Apotheken wird Ihnen diese Dienstleistung während der Blutdruck-Woche (siehe Kasten) gratis angeboten: Die speziell geschulten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wissen, wie richtig gemessen wird, welche Werte normal sind, wann Änderungen im Alltag ratsam sind und wann unbedingt ein Arzt aufgesucht werden muss. Sobald ein Risiko erkennbar wird, ist ein Apotheker oder ein Arzt beizuziehen, die dank ihrer Ausbildung das weitere Vorgehen bestimmen.

Ihr Nutzen: das persönliche Risikoprofil

Das Blutdruckmessen ist aber nur einer von mehreren Schritten bei der Abklärung, ob ein Risiko vorliegt oder nicht. Daneben sind deshalb standardisierte Fragen zu Vorbelastungen, zu Ernährung und Bewegung wichtig.

Das Apothekenteam ermittelt Ihren Body-Mass-Index (BMI), misst Ihren Bauchumfang, erfragt Salz-, Früchte- und Gemüsekonsum sowie körperliche Aktivitäten. Die Fachpersonen werten vor Ort Ihre Angaben aus und bestimmt so Ihr persönliches Risikoprofil. Nur die ganzheitliche Abklärung aller Risikofaktoren machen eine fachkundige Einschätzung der erhaltenen Messwerte und adäquate Empfehlung möglich.

Kompetente Prävention

Die Apotheken in der Schweiz haben täglich mit rund 300'000 Kunden Kontakt – Kunden, die möglicherweise ein Risiko aufweisen, das sie nicht kennen. Die Apothekenteams können hier

durch gezielte Fragen, durch Aktionen wie etwa die Blutdruck-Woche eine erste, kostengünstige Risikoermittlung übernehmen, gefährdete Personen beraten und, falls nötig, rechtzeitig an den Arzt weiter weisen. Nutzen Sie also dieses Wissen und lassen Sie sich von Ihrer Apothekerin oder Ihrem Apotheker zu Gesundheitsfragen beraten. Sie investieren aktiv in Ihre Gesundheit und helfen zudem mit, dass die Gesundheitskosten nicht noch mehr ins Unermessliche steigen.

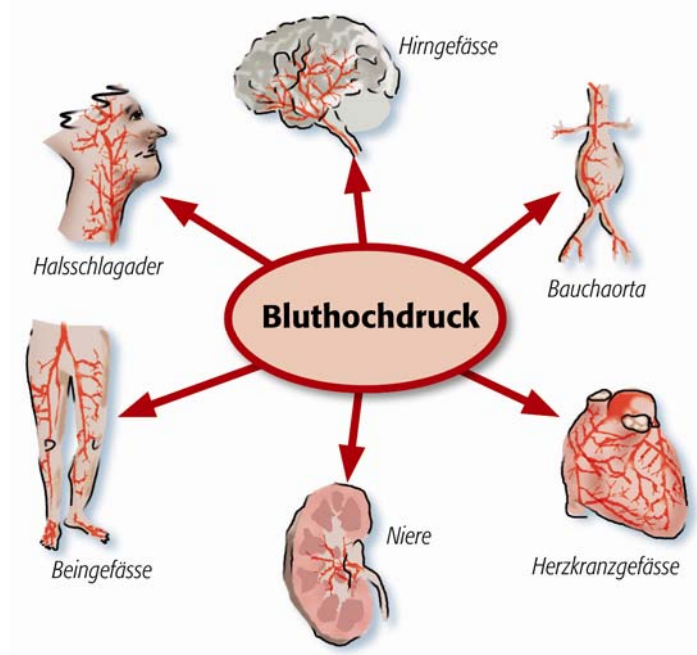
Blutdruck-Woche in Ihrer Apotheke

Wann: 02. – 10. Juni 2009

Wo: Eine Liste mit den teilnehmenden Apotheken finden Sie unter www.blutdruck-offensive.ch

Was: Gemessen wird der Blutdruck, Bauchumfang und Body Mass Index (BMI). Zudem wird in einem ausführlichen Gespräch ein Risikofragebogen ausgefüllt. Die Auswertung der Messungen und des Fragebogens ermöglichen eine individuelle Beratung.

Wieviel: Die Messungen inkl. ausführlicher Beratung sind während der Blutdruck-Woche gratis. Nach der Aktionswoche bieten viele Apotheken diese Dienstleistung für lediglich CHF 20.– an.



Kontakt:

Marcel Wyler

Telefon: 079 300 82 30

E-Mail: marcel.wyler@pharmasuisse.org