

1 Mediendokumentation

2

3

4 **Blutdruck-Woche vom 2. bis 10. Juni 2009 in Ihrer Apotheke**

5 **Testen Sie Ihr Risiko – Blutdruck-Woche in Ihrer Apotheke**

6

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

13

14 **Blutdruckwerte**

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

22

23 **Blutdruckmessen, aber richtig**

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

31

32 **Ihr Nutzen: das persönliche Risikoprofil**

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

36

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

42

43 **Kompetente Prävention**

44 Die Apotheken in der Schweiz haben täglich mit rund 200000 Kunden Kontakt – Kunden, die
45 möglicherweise ein Risiko aufweisen, das sie nicht kennen. Die Apothekenteams können hier

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

52

Blutdruck-Woche in Ihrer Apotheke

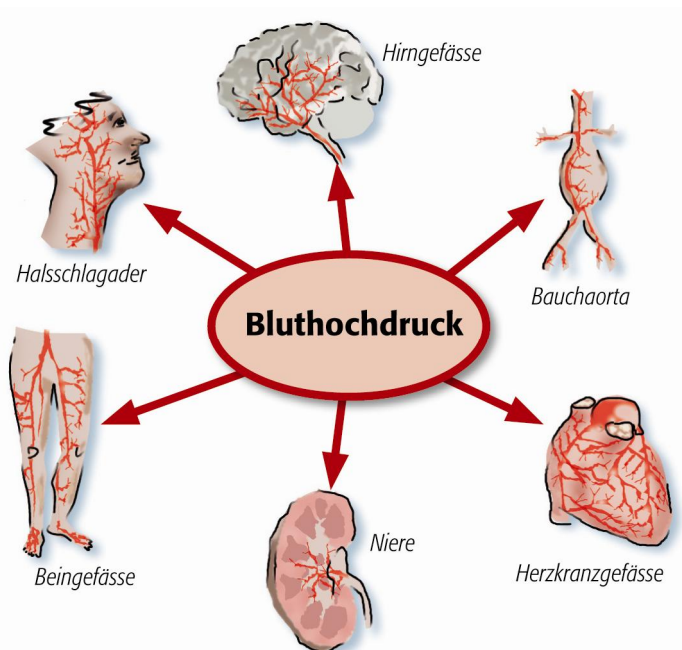
Wann: 02. – 10. Juni 2009

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.

53



54

55

Kontakt:

57 Marcel Wyler

58 Telefon: 079 300 82 30

59 E-Mail: marcel.wyler@pharmasuisse.org

60

61