

## **Medikamente: im Sommer die Dosis anpassen**

**BERLIN** – Nicht nur das Gemüt, auch der Körper reagiert unmittelbar auf vermehrte Sonnenstrahlen und warme Temperaturen. Besonders Patienten mit Bluthochdruck sollten bei anhaltenden Hitzeperioden oder langen Aufenthalten in wärmeren Gefilden darauf achten, ihre Medikamente entsprechend zu dosieren, rät das IPF.

### **Handeln bei Hitzeperiode**

Bleiben die Temperaturen für mehrere Wochen hoch, so weiten sich die Blutgefäße, das Blut fließt leichter durch die Adern – der Blutdruck sinkt. Der Betroffene merkt das zum Beispiel daran, dass ihm schnell schwindelig wird oder er sich schwach fühlt. Wenn beim regelmäßigen Blutdruckmessen der obere Wert bei oder unter 110 mmHg liegt, sollten Patienten mit ihrem Arzt besprechen, ob sie die Dosis an blutdrucksenkenden Mitteln reduzieren müssen. Ein Labortest klärt die Wirkstoffkonzentration im Blut. Auf Basis dieser Werte errechnet der Arzt die individuell passende Dosis. In keinem Fall sollten Betroffene die Dosis eigenständig verändern. Denn nimmt ein Bluthochdruckpatient bei wenigen heißen Tagen weniger Medikamente ein, schießt der Blutdruck im Zweifelsfall bei den ersten kühleren Tagen über die ursprünglichen Werte hinaus.

### **Ausreichend trinken**

Wer entwässernde Medikamente einnimmt, sollte bei Hitze gezielt darauf achten, ausreichend zu trinken. Durch die Wirkstoffe verliert der Organismus nicht nur mehr Flüssigkeit, auch wertvolle Nährstoffe gehen schneller verloren. Da der Körper im Sommer zudem vermehrt schwitzt, verliert er noch mehr Flüssigkeit. Besonders ältere Patienten sollten bei Schwindelanfällen oder Kopfschmerzen aufmerken, ausreichend trinken und gegebenenfalls einen Arzt aufsuchen.

Weitere Informationen enthalten die IPF-Faltblätter „Therapie nach Maß“ und „Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf der Spur“. Sie können kostenlos unter [www.vorsorge-online.de](http://www.vorsorge-online.de) heruntergeladen werden. Wer keinen Internetanschluss hat, kann die Faltsblätter auch schriftlich bestellen beim IPF-Versandservice, Postfach 27 58, 63563 Gelnhausen. Dabei unbedingt den Titel des IPF-Faltblatts angeben, Namen und vollständige Adresse.

*Das Infozentrum für Prävention und Früherkennung (IPF) informiert die Öffentlichkeit über bestehende Möglichkeiten der Krankheitsvorsorge durch Laboruntersuchungen. Seit über 15 Jahren veröffentlicht das IPF in Zusammenarbeit mit anerkannten Experten Broschüren und Faltsblätter zu einzelnen Krankheiten und deren Früherkennung. Diese Veröffentlichungen können kostenlos angefordert werden. Das IPF wird vom Verband der Diagnostica-Industrie (VDGH) unterstützt. Seine Neutralität wird durch einen wissenschaftlichen Beirat gewährleistet, dem erfahrene Ärzte angehören. Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.vorsorge-online.de](http://www.vorsorge-online.de)*

AUSGABEDATUM

20.07.2015

RÜCKFRAGEN AN

Julia Valtwies

Redaktionsleiterin

T 030-200 599 48

[presse@vorsorge-online.de](mailto:presse@vorsorge-online.de)

[www.vorsorge-online.de](http://www.vorsorge-online.de)

[twitter.com/vorsorgeonline](https://twitter.com/vorsorgeonline)