

Blutdruckmessung zu Hause vorteilhaft

m -- Cappuccio FP, Kerry SM, Forbes L et al. Blood pressure control by home monitoring: meta-analysis of randomised trials. BMJ 2004 (17. Juli); 329: 145-50

[\[LINK\]](#)

Kommentar: Peter Ritzmann

Studienziele

Nach breiter Einführung validierter, automatischer Blutdruckmessgeräte können heute viele Leute ihren Blutdruck zu Hause selber kontrollieren. Jedoch ist nach wie vor umstritten, ob die Selbstmessung im Vergleich zur Messung in der Praxis zu einer besseren Blutdrucksenkung führt. In der vorliegenden Metaanalyse ging man dieser Frage nach. **Methoden**

Gesucht wurde nach randomisierten Studien, in denen die Wirksamkeit der Blutdruck-Selbstmessung untersucht wurde. Als Endpunkt dienten die Veränderungen der (nicht selbst, sondern durch die Studienverantwortlichen gemessenen) Blutdruckwerte. Mit einer Metaanalyse wurden die Effekte hinsichtlich erreichtem systolischen, diastolischen und mittleren Blutdruck zusammengefasst. Soweit in den einzelnen Studien berücksichtigt, wurde auch das Risiko berechnet, durch die entsprechende Messmethode den definierten Zielblutdruck nicht zu erreichen.

Ergebnisse

Insgesamt wurden 18 auswertbare randomisierte Studien gefunden. In diesen Studien massen 1'359 Personen oder ihre Angehörigen den Blutdruck zu Hause, 1'355 Personen in den Kontrollgruppen wurden ohne Blutdruck-Selbstmessungen betreut. Die Beobachtungszeit in den verschiedenen Studien betrug 2 bis 36 Monate. Gemäss der Metaanalyse konnten in den Gruppen mit Selbstmessung deutlich niedrigere Blutdruckwerte als in den Kontrollgruppen erreicht werden: der systolische Druck lag um 4,3 mm Hg, der diastolische um 2,4 mm Hg und der Mittelwert um 4,4 mm Hg niedriger als in den Gruppen ohne Selbstmessung. Das Risiko, den Zielblutdruck nicht zu erreichen, war in den Kontrollgruppen ohne Selbstmessung 10% höher.

Schlussfolgerungen

Mit der vorliegenden Metaanalyse wird belegt, dass mit Hilfe der Blutdruck-Selbstmessung eine etwas stärkere Blutdrucksenkung erzielt und die erwünschten Zielwerte eher erreicht werden können. Die Studienverantwortlichen schliessen, die Selbstmessung stelle eine nützliche ergänzende Massnahme bei der Behandlung einer Hypertonie dar.

Zusammengefasst von Werner Eugster

Selbstmessungen betreut. Die Beobachtungszeit in den verschiedenen Studien betrug 2 bis 36 Monate. Gemäss der Metaanalyse konnten in den Gruppen mit Selbstmessung deutlich niedrigere Blutdruckwerte als in den Kontrollgruppen erreicht werden: der systolische Druck lag um 4,3 mm Hg, der diastolische um 2,4 mm Hg und der Mittelwert um 4,4 mm Hg niedriger als in den Gruppen ohne Selbstmessung. Das Risiko, den Zielblutdruck nicht zu erreichen, war in den Kontrollgruppen

ohne Selbstmessung 10% höher.

Peter Ritzmann

1 Staessen JA, Den Hond E, Celis H et al. Antihypertensive treatment based on blood pressure measurement at home or in the physician's office. A randomized controlled trial. JAMA 2004 (25. Februar); 291: 955-64