

# Bluthochdruck: ich? Ja, tatsächlich:(

Beitrag von „Websheriff“ vom 10. Januar 2022 14:24

## Zitat von Sissymaus

Blutdruck. Plötzlich ist er viel zu hoch! Ich bin nicht übergewichtig und mache Sport (allerdings aktuell selten, daran muss ich was ändern). Auch an der Ernährung muss ich Schrauben (Salz, fettarm etc).

Besser erst mal nicht hier fragen oder danach googlen, sondern ärztliche Diagnose abwarten, sonst kommt bei der von dir dargestellten Situation Folgendes raus:

## Zitat

**Achtung:** Bei plötzlichem, massivem Blutdruckanstieg mit Anzeichen von Organschäden ([Hypertensiver Notfall](#)) sofort den Notarzt alarmieren (Notrufnummer: 112)!

Quelle: <https://www.netdokter.de/krankheiten/bluthochdruck/>