

# **Bluthochdruck: ich? Ja, tatsächlich:(**

**Beitrag von „CDL“ vom 11. Januar 2022 22:29**

Bestätigen wäre insofern zu hoch gegriffen, als ich weder Ärztin bin, noch dich persönlich erlebe, aber es klingt, wie das, was ich damals erlebt habe und wie es mir über Wochen hinweg ging, ohne eine Ursache zu kennen. Ich dachte damals, das wäre eine neue Spezialtraumafolge, weil Schlafstörungen normal sind und diese sich physisch "neu" angefühlt hatten, deshalb habe ich das lange (Wochen) nicht weiter verfolgt- in Therapie war ich ja. Meine Frauenärztin hat dann bei einer Untersuchung den Blutdruck gecheckt und mir, weil dieser stark erhöht war geraten, das abklären zu lassen. Ich erinnere mich noch, wie groß damals meine Angst war, da meine verstorbene Mutter auch früh Blutdruckprobleme bekommen hatte. So etwas befeuert dann natürlich Phantasie und persönliche Ängste. Bei der 24h-Messung kam dann tatsächlich heraus, dass der Blutdruck erhöht war. Bereits nachdem ich das erste Medikament bekommen hatte (das damals nicht ausgereicht hatte, weshalb ich nach einem knappen Monat noch ein Diuretikum verordnet bekommen habe) ist dieses Gefühl innerhalb kürzester Zeit fast komplett verschwunden (vollends weg war es dann mit der richtigen medikamentösen Einstellung nach etwa 4 Wochen). Für mich ist dieses Gefühl tatsächlich bis heute (muss seit einigen Jahren keine Blutdruckmedis mehr nehmen) ein Indikator, wann mein Blutdruck zu hoch ist. Im Herbst hatte ich das mal wieder vor lauter Stress, da waren dann prompt meine Blutdruckwerte auch über einige Wochen hinweg zu hoch, ehe sie sich wieder normalisiert haben.