

# Pressedienst

der Sozialversicherung für  
Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau



Kassel, den 8. Mai 2017

## ***Hypertonie – eine oft unerkannte Gefahr***

**Mit Bluthochdruck, auch Hypertonie genannt, leben viele Betroffene meist über einen längeren Zeitraum, ohne Einschränkungen oder Anzeichen zu spüren. Auf diese Gefahr weist die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) anlässlich des Welt-Hypertonie-Tags am 17. Mai hin.**

Selbst leicht erhöhte Blutdruckwerte über einen längeren Zeitraum hinweg können das Gefäßsystem langfristig schädigen. Als allgemeiner Richtwert für die Diagnose Bluthochdruck gilt der von der Weltgesundheitsorganisation international anerkannte Grenzwert von 140 zu 90.

Der Aktionstag rückt in den Fokus, wie wichtig es ist, vorbeugend gegen die Risikofaktoren für eine Hypertonie anzugehen: Neben bewusster Ernährung, einem normalen Gewicht und Entspannung ist Bewegung ein wichtiges Mittel, um gesund zu bleiben und Bluthochdruck zu bekämpfen.

Es ist nie zu spät, etwas für seine Gesundheit zu tun. Hierbei hilft die SVLFG. In der Online-Datenbank der Zentralen Prüfstelle Prävention sind alle qualitätsgeprüften und zertifizierten Kurse in ganz Deutschland aus den Bereichen Bewegung, Ernährung, Entspannung und Suchtprävention aufgelistet. Versicherte können hier schnell und einfach aus einem großen und qualitativ hochwertigen Kursbestand ihren individuellen Präventionskurs auswählen. Hier geht's zur Datenbank: [www.svlfg.de](http://www.svlfg.de) > Leistung > Leistungen der Krankenversicherung > Leistungen A-Z > P > Präventionskurse.

SVLFG

---

**Sozialversicherung für  
Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau**

Weißensteinstraße 70 - 72  
34131 Kassel

Telefon: 0561 9359-0  
Fax: 0561 92830-1600  
Internet: [www.svlfg.de](http://www.svlfg.de)  
E-Mail: [kommunikation@svlfg.de](mailto:kommunikation@svlfg.de)

**Pressesprecher:**

Dr. Erich Koch  
Telefon: 0561 9359-106  
Martina Opfermann-Kersten  
Telefon: 0561 9359-171

Die SVLFG ist zuständig für die Durchführung der landwirtschaftlichen Unfallversicherung für über 1,5 Millionen Mitgliedsunternehmen mit mehr als 1 Million versicherten Arbeitnehmern, der Alterssicherung der Landwirte für über 210.000 Versicherte und ca. 600.000 Rentner sowie der landwirtschaftlichen Kranken- und Pflegeversicherung für ca. 700.000 Versicherte im Gebiet der Bundesrepublik Deutschland. Sie führt die Sozialversicherung zweigübergreifend durch und bietet ihren Versicherten und Mitgliedern umfassende soziale Sicherheit aus einer Hand. Die SVLFG ist maßgeschneidert auf die Bedürfnisse der in der Land- und Forstwirtschaft sowie im Gartenbau tätigen Menschen und ihrer Familien.

---

**Sozialversicherung für  
Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau**

Weißensteinstraße 70 - 72  
34131 Kassel

Telefon: 0561 9359-0  
Fax: 0561 92830-1600  
Internet: [www.svlf.de](http://www.svlf.de)  
E-Mail: [kommunikation@svlf.de](mailto:kommunikation@svlf.de)

**Pressesprecher:**

Dr. Erich Koch  
Telefon: 0561 9359-106  
Martina Opfermann-Kersten  
Telefon: 0561 9359-171