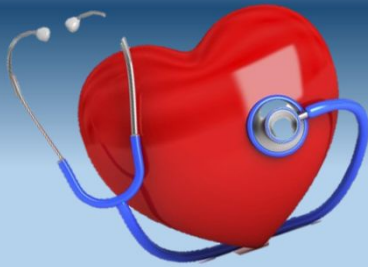


Selbstkontrolle - Blutdruckmessung



Alexandra Hefner
Gesundheits- und Krankenpflegerin
Diabetesberaterin DDG
Bad Mergentheim, 13.09.2017



Gliederung

1. Definition Blutdruck
2. Definition und Klassifikation von Blutdruckwerten
3. Einflussfaktoren auf den Blutdruck
4. Unterschiedliche Messgeräte
5. Vorbereitung und Durchführung bei der Blutdruckmessung
6. Häufigkeit der Blutdruckbestimmung
7. Dokumentation
8. Wissenswertes

1. Definition Blutdruck

- Der Körper wird durch Arterien und Venen mit Blut versorgt
- Blut wird durch das Herz gepumpt, dieser Druck der hierfür benötigt wird, wird als Blutdruck bezeichnet
- Druck wird in mmHg (Millimeter Quecksilbersäule) gemessen
- Herz zieht sich bei Druckanstieg zusammen
 - **Systolischer Wert – Erster Wert der Blutdruckmessung** ^{A5}
- Bei Erschlaffung des Herzens reduziert sich der Druck in den Arterien
 - **Diastolischer Wert – Zweiter Wert der Blutdruckmessung** ^{A6}
- Puls = Häufigkeit der Herzschläge

Folie 3

A5 Maximaler Druck im Gefäß
Alex; 15.08.2017

A6 Mindeste Druck
Alex; 15.08.2017

2. Definition und Klassifikation von Blutdruckwerten

Einteilung der WHO

Klassifikation	systolisch [mmHg]	diastolisch [mmHg]
optimal	< 120	< 80
normal	< 130	< 85
'noch'-normal	130 - 139	85 - 89
leichte Hypertonie (Schweregrad 1)	140 - 159	90 - 99
mittelschwere Hypertonie (Schweregrad 2)	160 - 179	100 - 109
schwere Hypertonie (Schweregrad 3)	> 180	> 110

3. Einflussfaktoren auf den Blutdruck

- Herz- Zeit- Volumen
→ Die Menge Blut, die das Herz pro Minute in den Kreislauf pumpt
- Veränderung der Blutgefäße
- Alter
- Körperliche Verfassung
- Körpertemperatur
- Außentemperatur (Kalte Umgebung → Blutdrucksteigerung)
- Physische Faktoren (Schlaf, Nahrungsmittel)

4. Unterschiedliche Messgeräte



5. Vorbereitung und Durchführung bei der Blutdruckmessung

- Nach 5 Minuten Ruhe
- Im Liegen oder Sitzen
- Richtige Manschettenbreite
- Messpunkt in Herzhöhe
- Manschette 2,5 cm oberhalb der Ellenbeuge



→ Messfehler können bei Nichtbeachtung auftreten!

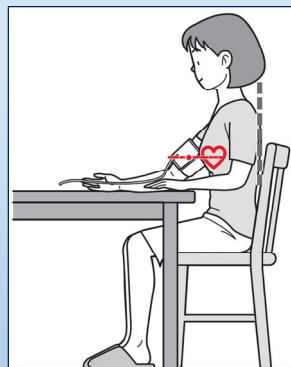
5. Vorbereitung und Durchführung bei der Blutdruckmessung

- Nach 5 Minuten Ruhe



5. Vorbereitung und Durchführung bei der Blutdruckmessung

- Im Liegen oder Sitzen
- Messpunkt in Herzhöhe



5. Vorbereitung und Durchführung bei der Blutdruckmessung

- Richtige Manschettenbreite



5. Vorbereitung und Durchführung bei der Blutdruckmessung

- Manschette 2,5 cm oberhalb der Ellenbeuge



5. Vorbereitung und Durchführung bei der Blutdruckmessung

Zu beachten ist außerdem:

- Zu Beginn Vergleichsmessung beider Arme
 - Immer an dem Arm messen wo der höherer Blutdruck vorliegt
- Keine Blutdruckmessung am betroffenen Arm durchführen
 - Shunt-Arm
 - Brustentfernung

6. Häufigkeit der Blutdruckbestimmung

- Richtet sich nach Vorerkrankungen
- Bei Bedarf

- Langzeit-Blutdruckmessung

7. Dokumentation



8. Wissenswertes

- Rezept kann durch Hausarzt/ Diabetologen erstellt werden
- Kostenübernahme von 30 – 35 € durch die Krankenkasse

Haben Sie Fragen



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit !

