

Bluthochdruck

Mehr als 50 % aller Männer und Frauen über 60 Jahre leiden an erhöhtem Blutdruck.

Warum behandeln?

- Die Herzinfarktrate nimmt ab.
- Das Schlaganfallrisiko sinkt.
- Die Leistungsfähigkeit bleibt besser erhalten.
- Bluthochdruck ist die zweithäufigste Ursache der Altersdemenz.

Wie behandeln?

- Auf Dauer!
- Gesundheitsfördernde Lebensstiländerungen. (Gewichtsabnahme, Sport, Essgewohnheiten).
- Beginn einer medikamentösen Therapie.

Wer behandelt?

- Immer Ihr Arzt!

Er ist Ihre wertvollste Informationsquelle und der Spezialist für die Therapie Ihres Bluthochdruckes.

Blutdruckeinteilung – Der höhere Wert bestimmt das Stadium.

Stadium*	systolisch		diastolisch	
normal	< 120	und	< 80	mmHg
noch normal	120 - 139	oder	80 - 89	mmHg
Stadium 1	140 - 159	oder	90 - 99	mmHg
Stadium 2	> 160	oder	> 100	mmHg

*Erwachsene ohne Medikation

So finden Sie uns.



SCHWERPUNKT PRAXIS
Kardiologie.Angiologie.Rehabilitation

SchwerpunktPraxis • SchwerpunktReha

Kardiologie • Angiologie
Rehabilitation • Prävention

Herz | Gefäße | Nachsorge | Vorbeugung

Am Burgweiher 52-54
53123 Bonn (Duisdorf)

Telefon: 02 28 – 96 21 00 - 0
Telefax: 02 28 – 96 21 00 - 33
kontakt@spkar.de
www.spkar.de

ÄRZTEHAUS
AM BURGWEIHER

Langzeitblutdruckmessung

SCHWERPUNKT PRAXIS
Kardiologie.Angiologie.Rehabilitation

Die Langzeitblutdruckmessung hilft bei der Diagnose und Therapie einer Bluthochdruckerkrankung.

**Aufkleber
LZBDM Flyer**

MFA: _____ Gürtel: ja nein

Geräte-Nr.: _____

Angelegt: _____ Uhr: _____

Abgabe: _____ Uhr: _____

Wie funktioniert es?



Untersuchungsablauf

- 08.00 Uhr bis 22.00 Uhr > eine Messung alle 15 Minuten.
- 22.00 Uhr bis 08.00 Uhr > eine Messung alle 30 Minuten.
- Bei erfolglosen Messversuchen (Anzeige „E“) wiederholt das Gerät die Messung nach ca. 1-2 Minuten bis zu 2-mal.

Manuelle Aktivierung der Messung

- Durch Drücken der blauen Taste können Sie eine Messung selbst veranlassen.

Manuelles Abbrechen der Messung

- Durch Drücken der blauen Taste können Sie eine begonnene Messung abbrechen.

Während der Messung

- Halten Sie den Arm ruhig und gestreckt.

Tipps

- Erfolgreiche Messversuche kommen vor. Das Gerät ist deshalb nicht defekt.
- Bitte das Gerät nicht während des Messzeitraums ausschalten.
- Bitte das Gerät nicht öffnen.
- Messpause zum Umziehen nutzen.
- Bitte nur bei Ihnen selbst messen.

Nach 24 Stunden

- Schalten Sie das Gerät zunächst aus (Schalter auf „off“) und nehmen dann das Gerät ab. Die Messdaten sind gespeichert.

Ins Protokoll gehören

- die Einnahmezeit der Medikamente,
- der Zeitraum Ihrer Schlafphase,
- nicht alltägliche körperliche und emotionale Belastungen.

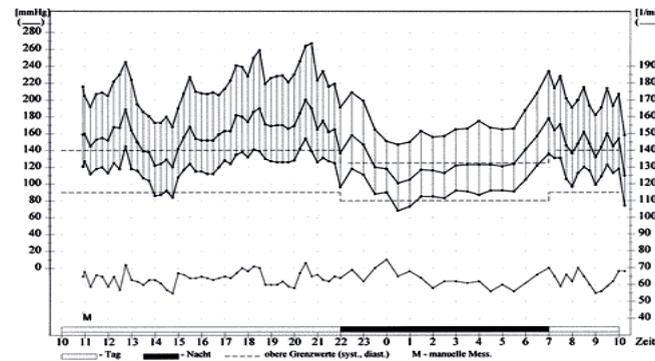
Informationen

Die Langzeitblutdruckmessung dient der Beurteilung des Risikos und dem Erkennen einer Bluthochdruckerkrankung.

Die Untersuchung liefert Informationen über

- Tag/Nacht-Unterschiede der Blutdruckwerte, die Wirkung der Therapie,
- den sog. Weißkittelhochdruck, manche Patienten haben nur in der Arztpraxis einen erhöhten Blutdruck,
- Blutdruckspitzen z.B. im Rahmen von emotionalen oder körperlichen Belastungen.

Graphische Darstellung der Messergebnisse:



Protokoll

Wie benoten Sie Ihren Schlaf während der Untersuchungsnacht?

Note 1 (= sehr gut und ungestört) bis zur Note 6 (= sehr schlecht, ohne erholsamen Schlaf)

Uhrzeit	Medikamente/Schlafphase	Besonderheiten