

Richtig Blutdruck messen



Ausstattung

- Beratungsplatz mit Sitzgelegenheit
- Validiertes Oberarm-Blutdruckmessgerät mit Dreifachmessung (Handgelenkgerät und Stethoskop als Zweitgeräte empfohlen), vollautomatisch (empfohlen) oder manuell
- Manschetten in unterschiedlichen Größen



Informationsbogen ausfüllen, Anamnese

- Datum, Uhrzeit
- Wann erstmalige Feststellung hoher Blutdruck? Familiäre Häufung?
- Welche Erkrankung? Welche Medikamente? Zigarettenkonsum?



Vorbereitung der Messung

- 5 Minuten Ruhe, Uhren/Schmuck ablegen
- Richtige Manschettengröße und Messarm wählen
- Messarm darf nicht durch hochgeschobene Kleidung abgeschnürt werden!
- Patient sitzt, Beine parallel nebeneinander



Blutdruck messen

- Drei Messungen am identischen Arm mit jeweils 1–2 Minuten Pause
- Unteren Rand der Armmanschette ca. 3 cm („zwei Querfinger“) oberhalb des Ellenbogens positionieren
- Luftschlauch auf der Innenseite des Arms in Richtung des Mittelfingers

1. Messung



2. Messung



3. Messung

**WÄHREND DER MESSUNGEN
KEINE UNTERHALTUNG!**

5 Werte im Dokumentationsbogen eintragen

Durchschnittswerte der 2. und 3. Messung, abhängig vom Alter

≤ 64 Jahre	≥ 65 Jahre	Empfohlene Maßnahme
> 130 mmHg systolisch oder > 80 mmHg diastolisch	> 140 mmHg systolisch oder > 80 mmHg diastolisch	▶ Arztbesuch innerhalb von 4 Wochen empfohlen
< 120 mmHg systolisch oder < 70 mmHg diastolisch	< 120 mmHg systolisch oder < 70 mmHg diastolisch	▶ Beim nächsten Arztbesuch über das Ergebnis informieren
120–130 mmHg systolisch und 70–80 mmHg diastolisch	120–140 mmHg systolisch und 70–80 mmHg diastolisch	▶ Blutdruck weiterhin regelmäßig kontrollieren

Fallen die systolischen und diastolischen Blutdruckwerte in verschiedene Kategorien, sind die Werte der höheren Kategorie zuzuordnen.

Achtung! Blutdruckwerte > 180/110 mmHg stellen einen Notfall dar und sollten nicht nach dem Ampelschema eingestuft werden!

Abb.: Quellen: ABDA, DGK Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung e.V.

Der Blutdruck und seine Regulation

Unter dem Blutdruck versteht man den Druck, der in den Arterien herrscht. Er ist abhängig von der Pumpstärke des Herzens und vom Widerstand der Gefäßwände.

Gefahren eines hohen Blutdrucks:

1. Gefäßschäden und Arteriosklerose ▶ Schlaganfallrisiko, Risiko KHK
2. Gesteigerte Pumparbeit des Herzens notwendig ▶ Gefahr Herzinsuffizienz
3. Organschäden, z. B. Niereninsuffizienz

Wie behandeln?

Diuretika	Furosemid, Torasemid (Schleifendiuretika); Hydrochlorothiazid (Thiaziddiuretikum); Triamteren (kaliumsparendes Diuretikum)
Aldosteronantagonisten	Spironolacton, Eplerenon
ACE-Hemmer	Ramipril, Lisinopril, Enalapril
AT₁-Rezeptorantagonisten	Losartan, Valsartan, Candesartan
Calciumkanal-Blocker	Nitrendipin, Amlodipin, Verapamil, Diltiazem
Betablocker	Atenolol, Bisoprolol, Metoprolol, Nebivolol, Carvedilol, Sotalol

Wir danken den Sponsoren dieses Posters:



aponorm® Blutdruckmessgeräte

- Mit automatischer Dreifachmessung
 - Für Apotheke und Patienten
 - Kostenlose Werbematerialien zur pDL
- www.aponorm.de/pdl-blutdruckmessen



visomat Blutdruckmessgeräte

- Kostenlose Messstation
 - ABDA-konforme 3-fach-Messung
 - Kostenlose Personal-Schulungen
- Telefon 09342 92 40 40

Pharmazeutische Dienstleistungen (pDL) gehören mittlerweile fest zum Apothekenalltag. Wie das im Falle der pDL „Standardisierte Risikoerfassung hoher Blutdruck“ funktioniert und was es dabei grundsätzlich zu beachten gilt, erklärt Apothekerin Heike Warmers in diesem Video.

