Interprofessioneller Gesundheitskongress Dresden

Springer Medizin

Städtisches Klinikum Dresden

Bluthochdruckmessung

Ines Petzold

Assistentin für Hypertonie und Prävention der DHL

Leiterin der Selbsthilfegruppe Bluthochdruck der DHL

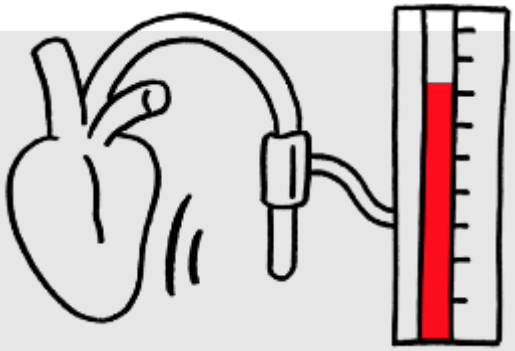
Patientenvertreter im Vorstand der DHL

Städtisches Klinikum Dresden

Die Pumpphasen des Herzens

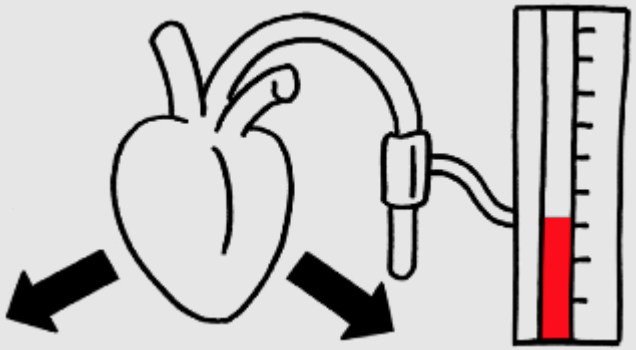
Systole (Herzwert):

Das Herz pumpt das Blut in den Körper.



Diastole (Gefäßwert):

Das Herz ist entspannt.
Die Gefäße erhalten den Blutdruck aufrecht.

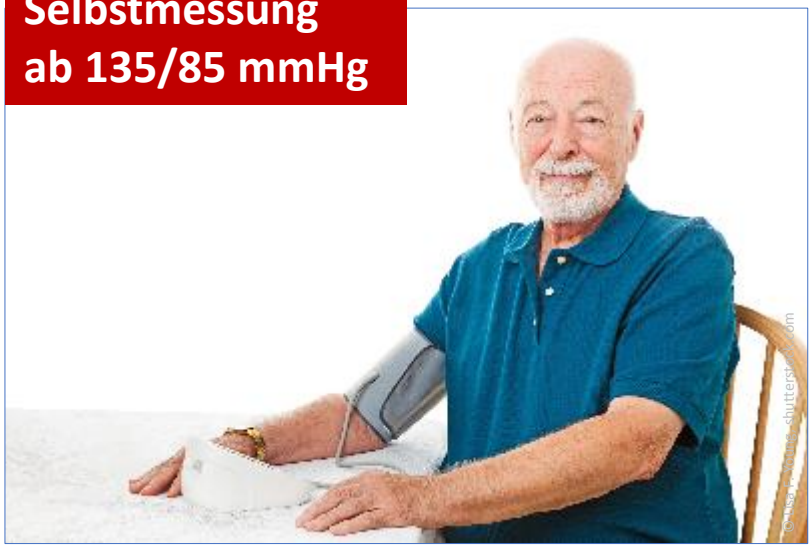


Städtisches Klinikum Dresden

Wann spricht man von Bluthochdruck?

bei Praxismessung ab 140/90 mmHg

bei Selbstmessung ab 135/85 mmHg

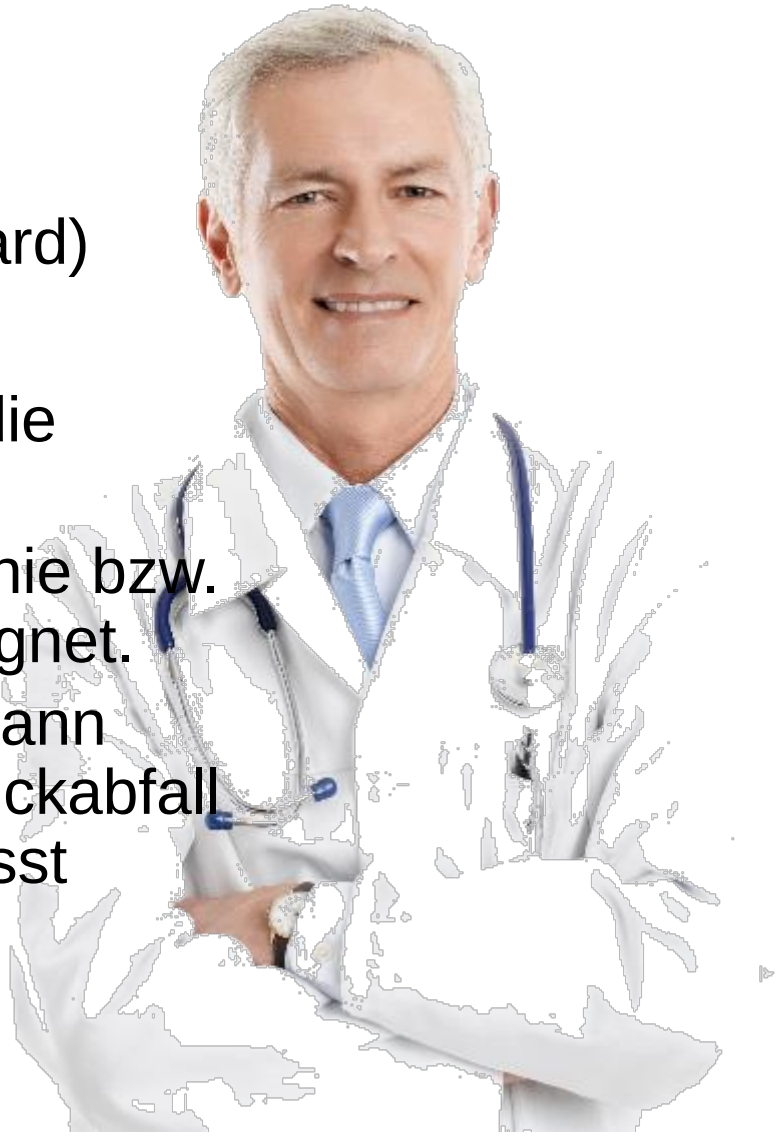


Es reicht aus, wenn nur ein Wert (der obere oder der untere) über den Zielwerten liegt. Wichtig: Aber nur, wenn dieser Wert nach mehreren Messungen zu verschiedenen Zeitpunkte erhöht ist!

Städtisches Klinikum Dresden

Blutdruckeinstellung

- **Langzeitblutdruckmessung** über 24 Stunden (Goldstandard)
  - Deutlich zuverlässiger als die Praxismessung.
  - Auch bei Weißkittelhypertonie bzw. maskierter Hypertonie geeignet.
  - Bei der Langzeitmessung kann auch der nächtliche Blutdruckabfall während des Schlafes erfasst werden.



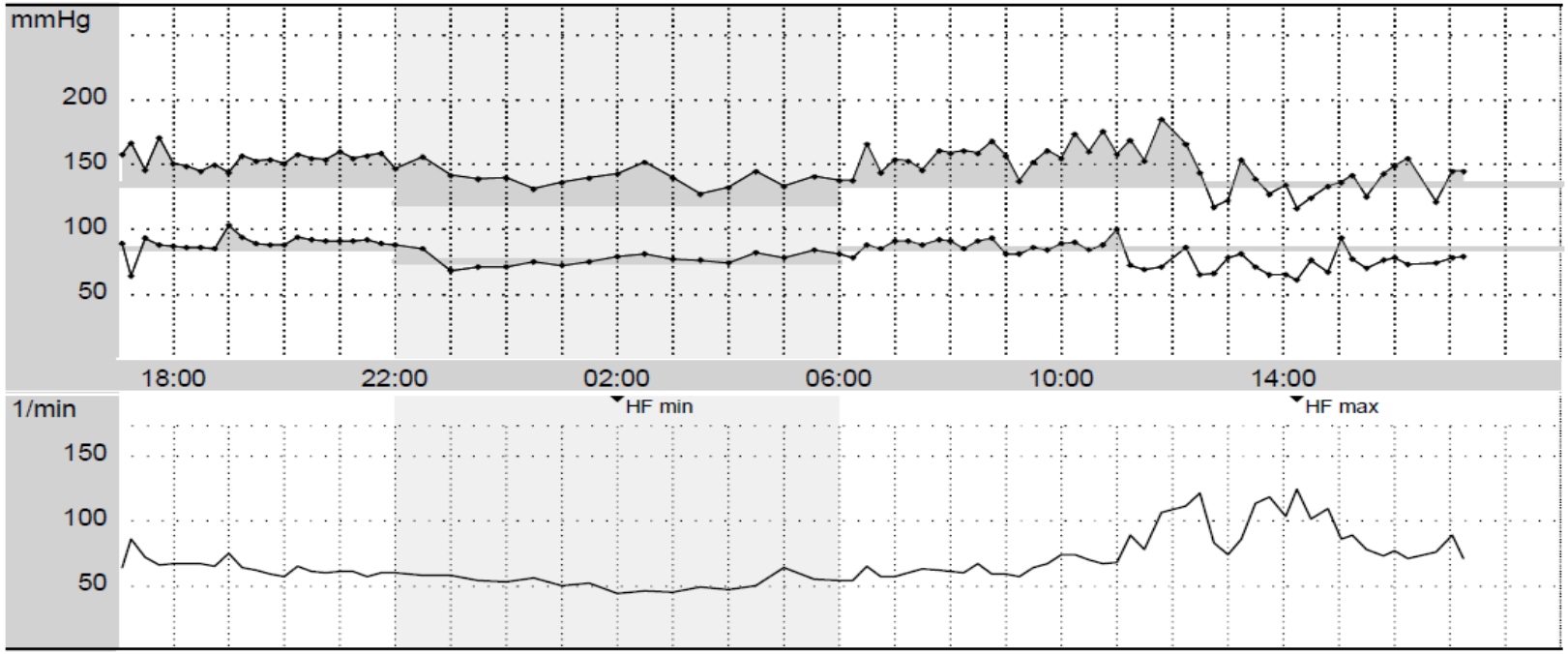
© Gyorgy Barna, shutterstock.com

Städtisches Klinikum Dresden

Grenzwert Tabelle

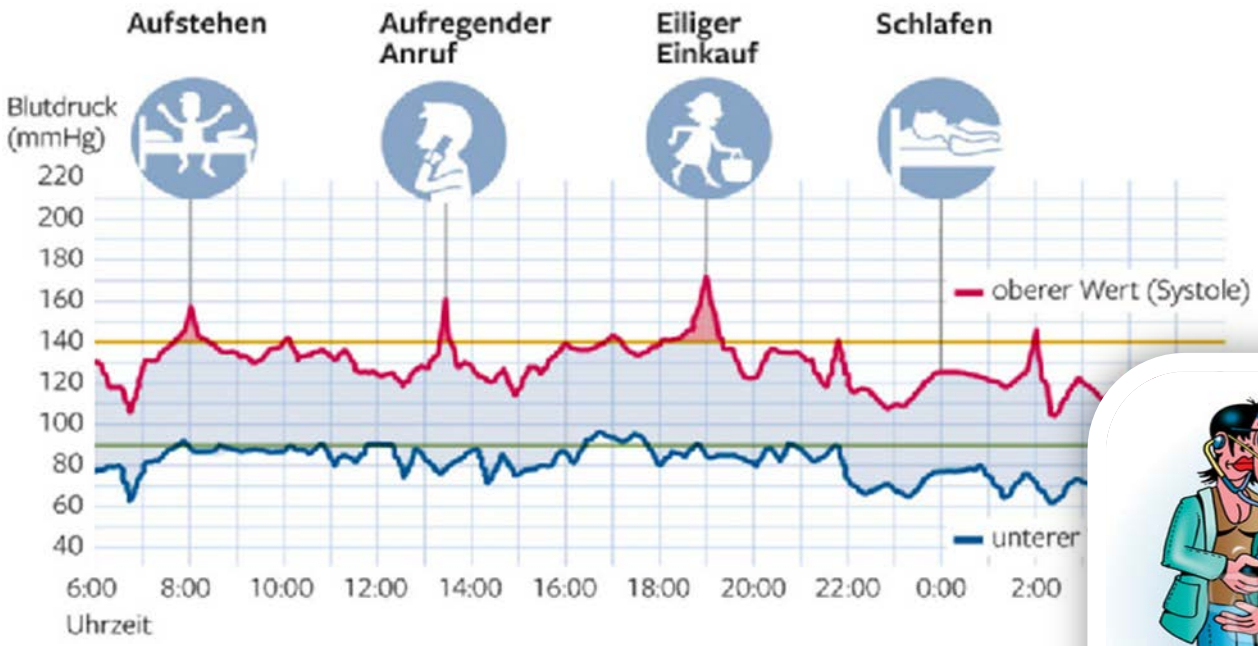
	Tag			(135/85)		Nacht			(120/75)		Gesamt	
	Min	Max	Mit	SD	%>GW	Min	Max	Mit	SD	%>GW	Mit	SD
Ps mmHg	116	185	150	14	84	127	156	140	7	100	146	14
Pd mmHg	61	103	82	10	56	68	88	77	5	68	80	9
Pm mmHg	79	119	104	10	---	92	108	98	5	---	102	9
PD mmHg	41	114	67	13	---	51	74	63	6	---	66	12
HF 1/min	54	125	74	18	14	44	64	53	6	---	67	19

Einzelwerte



Städtisches Klinikum Dresden

Blutdruckselbstmessung aber wie ?



Städtisches Klinikum Dresden

Welches Blutdruckmessgerät ?

- Reisegerät mit Aufbewahrungstasche gewünscht?
- Speicherung der Daten in App, Smartphone oder Blutdruckpass?
- großes Display ?
- Sprachausgabe für Sehbehinderte
- Batteriebetrieb? oder Netzteil ?

Städtisches Klinikum Dresden

Omron für Druckempfindliche

- Größe L: 22-42 cm
- Armhaltung wird vorgegeben

- Parkinsonerkrankte
- bei Amputation
- bei Problemen - Manschette anzulegen

Städtisches Klinikum Dresden

Boso mit Bluetooth

- Abspeicherung im Handy bei Boso mit grafischer Darstellung
- per E-Mail an Hausarzt

Städtisches Klinikum Dresden

Omron HEM 7600

- Lebensdauer 5 Jahre
- Gewicht: 240g ohne Batterien
- Ablesung am Oberarm
- Erkennt Bewegung und Manschettensitzkontrolle
- Kabellose Übertragung zur App
- 3 mmHg Genauigkeit

Städtisches Klinikum Dresden

Omron

MIT5s

Handgelenksmessung

- für Diabetiker, ältere Leute und stärkere Handgelenke nicht geeignet, aufgrund arteriosklerotischer Gefäßveränderungen
- viele Fehler bei der Blutdruckmessung und Handhabung
- Daten - Abspeicherung in Apps möglich

Städtisches Klinikum Dresden

Blutdruckmessgeräte und Prüfsiegel

Überprüfung der Mess-genauigkeit

alle 2 Jahre

Achtung bei Herzrhyth-mus-störungen

Man-schetten-grösse

PRÜFSIEGEL
Hochdruckliga ®
Messgenauigkeit klinisch validiert 2010

Zusammenfassung

1. Wahl sollte ein vollautomatisches Oberarmgerät sein, mit Erkennung unregelmäßiger Herzschläge

Städtisches Klinikum Dresden

Wie häufig sollte man am Tag messen?

- bei Diagnostik und neuer Therapie am Anfang 1-2 mal täglich
- möglichst vor Tabletten-Einnahme
- so etwa 10 Tage lang früh und daraus den Mittelwert bilden
- bei Blutdruckwerten im Normbereich reicht 1 x pro Woche

bis 140/ 90 mmHg

Städtisches Klinikum Dresden

weitere Optionen

zwischen 8 und 10 Uhr

- 2 x Blutdruck-Messungen am Oberarm und der niedrigere Wert zählt

zwischen 18 und 20 Uhr

- Vorhofflimmern:
  3 x Messungen und der niedriger Wert zählt

bis 140/ 90 mmHg

Städtisches Klinikum Dresden

erstmalig und dann 1 x jährlich Kontrolle

Messung am rechten und am linken Arm,

da wo der Blutdruck höher ist = **Blutdruckarm**

Durchführung der Messung danach immer am gleichen Arm und zur gleichen Zeit

Städtisches Klinikum Dresden

Fehler bei der Blutdruckmessung

1.
- Manschette über der Kleidung + 50 mmHg
- Falsche Armhaltung

2.
- Blutdruckmessung mit Handgelenk unter bzw. über Herzhöhe
- körperliche Aktivität + 11 mmHg

3.
- Unterhaltung + 17 mmHg
- akute Kälte + 11 mmHg

Städtisches Klinikum Dresden

4.
- Manschette zu locker - niedrige Blutdruckwerte
- Manschette fest – hohe Blutdruckwerte

5.
- Manschette zu breit - zu niedrige Werte
- Manschette zu klein ist oder nicht den Oberarmumfang entsprechend

6.
- Manschettendruck zu schnell oder zu langsam abgelassen wird

Städtisches Klinikum Dresden

7

- es wird gesprochen

8.

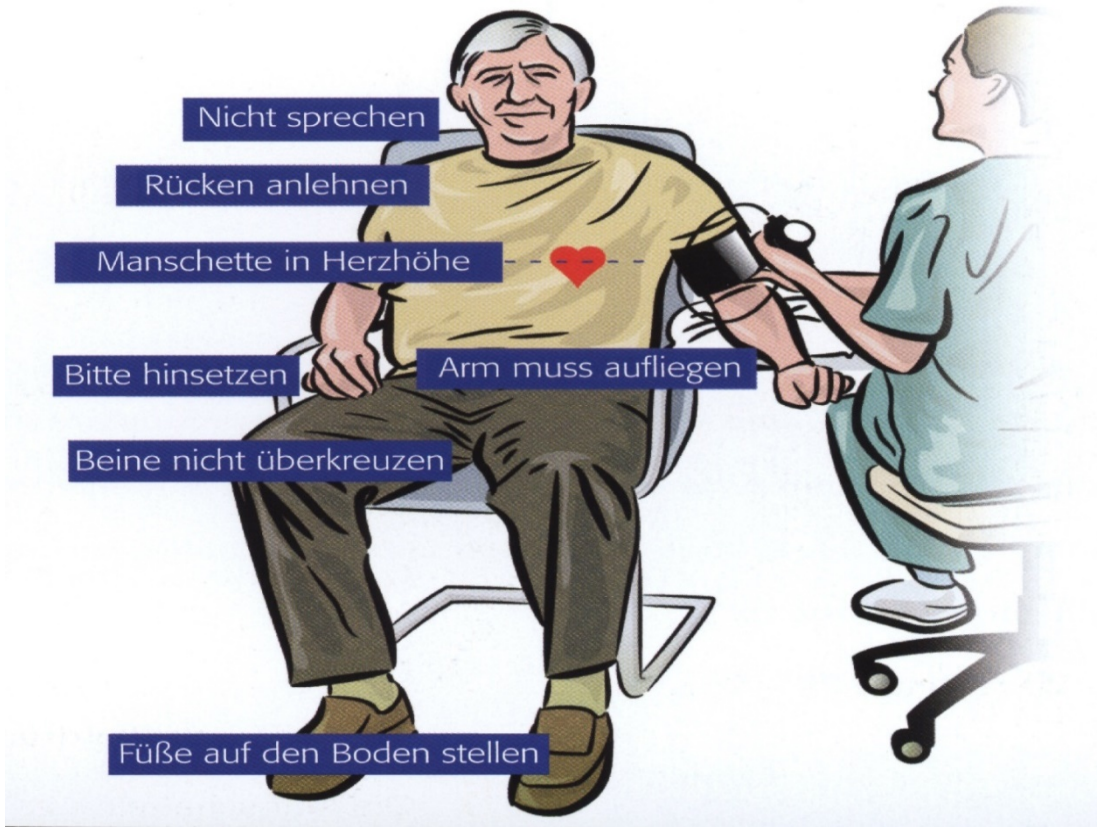
- Patientin bewegt sich während der Messung, verkrampft sich oder hat Schmerzen

9.

- Messung kurz nach körperlicher Belastung
- bei Kaffee- und Tabakgenuss
- kurz nach Saunabesuch
- volle Harnblase

Städtisches Klinikum Dresden

Blutdruckmessung



Hypertoniezentrum der Deutschen Hochdruckliga in Dresden

Ansprechpartner:

OA Dr. med.H. Palisch und Assistentin für Hypertonie und Prävention Ines Petzold

- Telefon-Nr.: 0351/ 480 1479

E-Mail:

bluthochdruck@klinikum-dresden.de

Internet:

www.klinikum-dresden.de

www.bluthochdruck-dresden.de