

Liebe Patientin, lieber Patient!

Bluthochdruck ist eine der häufigsten Erkrankungen in den Industrieländern. Unbehandelt ist er mitverantwortlich für eine Schädigung der Nieren, des Gehirns, der Gefäße und des Herzens. In Österreich ist jeder 5. davon betroffen. Das „tückische“ am Bluthochdruck ist, dass er anfänglich keine oder kaum Beschwerden verursacht. Gerade deshalb ist die frühzeitige Erkennung und anschließende konsequente Behandlung des Bluthochdrucks so wichtig, um sich vor Folgeerkrankungen und Schäden an den Organen zu schützen.

Die Voraussetzung für eine optimale Blutdruckeinstellung ist Ihre ständige Mitarbeit, denn dadurch können Sie wesentlich dazu beitragen, Ihren Bluthochdruck zu beherrschen. Es ist wichtig, dass Sie Ihre Medikamente regelmäßig einnehmen. Befolgen Sie genau die Anweisungen Ihrer Ärztin/Ihres Arztes bzw. beachten Sie die Packungsinformationen.

So messen sie Ihren Blutdruck richtig:

- Der Blutdruck kann im Tagesverlauf stark schwanken - messen Sie daher immer zur gleichen Zeit, idealerweise vor dem Frühstück und dem Abendessen.
- Die Messung sollte in Ruhe und im Sitzen vorgenommen werden.
- Während der Messung nicht sprechen und nicht bewegen.
- Messen Sie den Blutdruck bei der ersten Messung an beiden Armen, später an dem Arm an dem Sie bei der ersten Messung den höheren Wert hatten.

Oberarm-Blutdruckmessgerät:

- Die richtige Position der Manschette befindet sich zwei Finger oberhalb der Ellenbeuge.
- Die Blutdruckmanschette so stark festziehen, dass gerade noch zwei Finger zwischen Manschette und Oberarm Platz haben.

Handgelenk-Blutdruckmessgerät:

- Bei Handgelenksmessung darauf achten, dass sich das Handgelenk bei der Messung in Herzhöhe befindet.

Name und Dosierung des Medikaments:

Name:

Im Notfall zu benachrichtigen:

Tel.:

Therapie:

Arztstempel:

AT-AMH-06-09-2016



**BLUTDRUCK-
PASS**



